

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV DAN V
SD MUHAMMADIYAH KARANGKAJEN 4**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Nur Farizal
13604221028

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul


**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV DAN V SD
MUHAMMADIYAH KARANGKAJEN 4**

Disusun oleh:


Nur Farizal
13604221028

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Mengetahui,
Ketua Program Studi


Dr. Subagyo, M.Pd
NIP. 19561107 19822303 1 003

Yogyakarta, 23 November 2018
Disetujui
Dosen Pembimbing


Drs. Sudardiyono, M.Pd.
NIP. 19560815 198703 1 001

SURAT PERNYATAAN

kita yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Farizal

NIM : 13604221028

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Judul TAS : Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD

Muhammadiyah Karangkajen 4

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

Yogyakarta, 07 Januari 2019

Yang menyatakan,



Nur Farizal

NIM. 13604221028

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV DAN V SD
MUHAMMADIYAH KARANGKAJEN 4**

Disusun oleh:

Nur Farizal

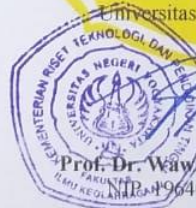
NIM. 13604221028

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani
Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 11 Desember 2018

TIM PENGUJI

Nama / Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Sudardiyono, M.Pd Ketua Penguji / Pembimbing		17/01 2019
Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas., M.Or. Sekretaris		16/01 2019
Dr. Yudianto, M.Pd Penguji I		8/1 19

Yogyakarta, 18 Januari 2019
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,


Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19640707 1988121 001

MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.”

(QS. Al-Insyirah, 6-8)

Masa kecil merupakan “saat ideal” untuk mempelajari kemampuan motorik

(Elizabeth B. Hurlock)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, penulis persembahkan karya sederhana ini untuk orang-orang yang sangat berarti bagi penulis :

1. Kedua orang tuaku tercinta Bapak Sarjana dan Ibu Rubiyem yang senantiasa memberikan kasih sayang, selalu memberikan doa tanpa henti, memberikan semangat dan dukungan untuk penulis.
2. Kakakku Aseb Setiyawan, S.Pd yang senantiasa memberikan doa, semangat dan motivasi.
3. Rr Dhayu Tria Murti, A.Md. Keb., yang selalu memberikan semangat, motivasi dan dukungan.

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV DAN V SD MUHAMMADIYAH KARANGKAJEN 4

Oleh:
Nur Farizal
13604221028

Abstrak

Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, anak-anak dimanjakan oleh fasilitas dan kemudahan yang ada sehingga menyebabkan gerak pada anak terbatas. Pola hidup anak menjadi berubah. Anak yang biasanya aktif bergerak kini menjadi pasif atau malas bergerak, hal ini berakibat pada menurunnya kemampuan fisik anak. Penelitian ini meneliti kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta pada tahun ajaran 2018/2019.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan instrumen berupa tes pengukuran dari Nurhasan (1986) yang terdiri dari tes lari 30 meter, tes *shuttle run* 4x10 meter, tes lempar tangkap bola tenis dan tes *stork stand positional balance*. Pupulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa putra dan putri kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta yang berjumlah 145 siswa. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentase.

Berdasar hasil penelitian diperoleh bahwa hasil kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 yang masuk dalam kategori sangat baik 6,2%, kategori baik 29%, pada kategori sedang 31%, pada kategori kurang 26,2% dan pada kategori kurang sekali 7,6%.

Kata kunci : *kemampuan motorik, siswa kelas IV dan V SD*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Drs. Sudardiyono, M.Pd selaku pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Dr. Guntur, M.Pd dan Dr. Subagyo, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Ketua Program Studi PGSD Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan TAS ini.
3. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Kepala Sekolah SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta yang telah memnberikan ijin untuk pengambilan data.

5. Guru Penjas SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta yang telah memberikan bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Semua siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta yang berpartisipasi dalam pengambilan data.
7. Bapak Sarjana, Ibu Rubiyem, Kakakku Aseb Setiyawan, S.Pd., Kekasihku Rr Dhayu Tria Murti, A.Md.Keb yang telah memberikan dorongan dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, atas bantuan dan perhatian selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT, dan Tugas Akhir ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 7 Januari 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	
1. Hakikat Kemampuan Motorik.....	9
2. Unsur-Unsur Kemampuan Motorik.....	13
3. Fungsi Kemampuan Motorik.....	17
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik.....	18
5. Pendidikan Jasmani Siswa Sekolah Dasar	21
6. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	25

B. Penelitian yang Relevan	28
C. Kerangka Berpikir	29
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	32
B. Definisi Operasional Variabel.....	32
C. Populasi Penelitian	33
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	33
E. Teknik Analisis Data	39
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan.....	50
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	55
B. Implikasi Penelitian.....	55
C. Keterbatasan Penelitian	56
D. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kategori Penilaian Kemampuan Motorik	42
Tabel 2. Hasil Penelitian Tes Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Karangkajen 4	44
Tabel 3. Hasil Penelitian Tes Kemampuan Motorik Siswa Kelas V SD Muhammadiyah Karangkajen 4	45
Tabel 4. Hasil Penelitian Tes Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4	46
Tabel 5. Data Statistik <i>T-score</i> Hasil Penelitian Lari <i>Shuttle Run</i> 4x10 meter	47
Tabel 6. Data Statistik <i>T-score</i> Hasil Penelitian Lempar Tangkap Bola Tennis Jarak 1 meter	48
Tabel 7. Data Statistik <i>T-score</i> Hasil Penelitian <i>Stork Stand Positional Balance</i>	48
Tabel 8. Data Statistik <i>T-score</i> Hasil Penelitian Lari Cepat 30 meter....	49

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	31
Gambar 2. <i>Shuttle Run</i> 4 x 10 meter.....	35
Gambar 3. Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter.....	36
Gambar 4. <i>Stork Stand Positional Balance</i>	37
Gambar 5. <i>Start</i> Lari Jarak 30 meter.....	38
Gambar 6. <i>Finish</i> Lari Jarak 30 meter.....	38
Gambar 7. Histogram Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Karangkajen 4.....	44
Gambar 8. Histogram Kemampuan Motorik Siswa Kelas V SD Muhammadiyah Karangkajen 4.....	45
Gambar 9. Histogram Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4.....	46
Gambar 10. Histogram Data Statistik <i>Shuttle Run</i> 4 x 10 meter.....	47
Gambar 11. Histogram Data Statistik Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter.....	48
Gambar 12. Histogram Data Statistik <i>Stork Stand Positional Balance</i> ..	49
Gambar 13. Histogram Data Statistik Lari Jarak 30 meter.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	61
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian	62
Lampiran 3. Karrtu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi	63
Lampiran 4. Instrumen Penelitian.....	64
Lampiran 5. Data Hasil Penelitian	67
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	98

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan kebutuhan setiap manusia untuk dapat memperoleh suatu keterampilan ataupun pengalaman, diantaranya dengan pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Dengan adanya pendidikan jasmani di sekolah diharapkan dapat mendorong perkembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani bagi anak.

Konsep dasar dari pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah mampu memberikan kesempatan bergerak seluas-luasnya kepada siswa. Usia sekolah dasar merupakan usia dimana siswa sangat membutuhkan berbagai nuansa gerakan yang sangat beragam. Melalui pendidikan jasmani siswa dapat belajar proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak yang seluas-luasnya. Pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan siswa untuk meningkatkan kesegaran jasmani, keterampilan gerak serta aspek-aspek fungsional yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan kerjasama. Kemampuan mempelajari gerak merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesuksesan anak dalam belajar gerak motorik, terutama bila gerakan-gerakan yang memiliki kompleksitas yang tinggi.

Kemampuan motorik anak dapat tumbuh dan berkembang secara baik apabila anak mempunyai pengalaman gerak yang beraneka macam. Siswa yang memiliki tingkat kemampuan motorik yang baik, akan

cenderung lebih mudah dalam melakukan keterampilan olahraga daripada yang kemampuan motoriknya kurang baik. Keterampilan motorik bukan hanya untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam cabang olahraga saja, tetapi akan membantu pula memudahkan siswa dalam melakukan tugas geraknya dalam proses Pendidikan Jasmani. Kemampuan anak dalam menguasai kemampuan gerak yang kompleks sangat ditentukan oleh kemampuan motorik. Menurut Rusli Lutan (2001:15) mengatakan kemampuan motorik adalah kapasitas seorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan sesuatu keterampilan yang dipelajari, sehingga akan memberi dampak pada pertumbuhan dan perkembangan siswa.

Dengan dilakukannya penelitian ini, bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangjajen 4 yang pada saat penulis melakukan observasi masih banyak siswa yang malas-malasan bergerak dan pada saat istirahat bermain gedit. Harapannya setelah diketahui seberapa besar kemampuan motorik siswa, guru penjasorkes dapat memberikan materi yang dapat memperbaiki tingkat kemampuan motorik pada siswa.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih

yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan Pendidikan Nasional. Pada hakekatnya pendidikan jasmani (Toho Cholik Mutohir & Rusli Lutan 2006) adalah sebagai proses pendidikan melalui gerak insani (human movement) yang dapat berupa aktivitas jasmani, permainan atau olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan.

Dengan demikian, pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa PJOK dapat menjadi media yang mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Oleh karena itu pendidikan jasmani harus dapat membekali siswa dengan pengalaman belajar yang diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat,bugar sepanjang hayat. Sesuai Permendiknas no.23 tahun 2006 tentang Standar Kompetensi Lulusan di jabarkan bahwa Pelaksanaan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan untuk:

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif.

Mata pelajaran PJOK termasuk salah satu upaya untuk mewujudkan manusia seutuhnya yang diselenggarakan di sekolah, baik dari jenjang pendidikan dasar sampai menengah. PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek

pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Secara khusus tujuan PJOK dikemukakan oleh Bucher dalam Suherman (2001) adalah:

1. Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (physical fitness).
2. Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, sempurna (skill full)
3. Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya.
4. Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat

Siswa Sekolah Dasar kelas IV dan V pada dasarnya sudah dapat dilihat seberapa jauh kemampuan motorik siswa, mengingat sebagian besar dari siswa sudah mulai belajar gerak (sambil bermain) sejak taman kanak-kanak. Dengan asumsi tersebut diharapkan siswa Sekolah Dasar sudah memiliki kemampuan motorik cukup baik. Dengan adanya program pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (pejasorkes) yang ada

disekolah diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan motorik pada siswa.

Kondisi yang terjadi di lapangan berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru pendidikan jasmani di SD Muhammadiyah Karangkajen 4, ditemukan beberapa permasalahan terkait dengan kemampuan motorik pada anak. Hal tersebut antara lain anak-anak terlalu dimanjakan oleh orang tua dengan fasilitas dan kemudahan yang ada sehingga menyebabkan ruang gerak anak terbatas. Misalnya, setelah pulang dari sekolah maupun pada hari libur siswa lebih suka bermain dengan permainan digital seperti *playstation*, *game online*, *handphone*, dan komputer. Padahal seharusnya pada masa anak-anak merupakan waktu yang tepat untuk memberikan kebebasan dalam melakukan sesuatu hal yang berkaitan dengan kemampuan motoriknya. Selain itu terlihat bahwa di lingkungan sekolah sarana dan prasarana untuk mengembangkan kemampuan motorik masih kurang contohnya tidak adanya lapangan olahraga di dalam sekolah sehingga apabila mata pelajaran penjasorkes harus keluar menuju lapangan yang jaraknya lumayan jauh dari sekolah.

Dengan demikian perlu adanya penelitian secara ilmiah untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa. Berdasarkan hal tersebut peneliti bermaksud untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4”.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Kenyataan di lapangan memperlihatkan di SD Muhammadiyah Karangkajen 4, siswa sebagian menghabiskan waktu jam istirahat untuk bermain di luar ruangan yang menggunakan unsur gerak, sebagian siswa bermain elektronik.
2. Guru Pendidikan Jasmani belum memiliki data yang konkrit tentang kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4.
3. Dampak perkembangan IPTEK mempunyai pengaruh negatif terhadap kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4.

C. Batasan Masalah

Agar masalah tidak menyimpang dari permasalahan yang sebenarnya, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi pada tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Muhammadiyah Karangkajen 4.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Seberapa tinggi tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Muhammadiyah Karangkajen 4?”.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangajen 4.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai masukan atau referensi bagi para guru penjas agar lebih memperhatikan kemampuan motorik siswa sejak dini.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa dapat memberikan pengetahuan seberapa besar kemampuan motorik siswa.
- b. Bagi guru pendidikan jasmani sebagai masukan untuk lebih meningkatkan kemampuan motorik siswa.
- c. Bagi sekolah sebagai sarana untuk mengevaluasi keberhasilan dalam pembelajaran penjas di sekolah.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Kemampuan Motorik

Pengertian kemampuan motorik menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) adalah suatu kesanggupan dalam melakukan sesuatu. Seseorang dikatakan memiliki kemampuan atau mampu bila ia bisa dan sanggup melakukan sesuatu yang memang harus dilakukannya.

Kemampuan motorik berasal dari Bahasa Inggris yaitu *Motor Ability*, gerak (motorik) merupakan suatu aktivitas yang sangat penting bagi manusia, karena dengan gerak (motor) manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya. Kemampuan motorik merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukannya bergerak olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik. Kemampuan motorik mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan gerak dasar yang merupakan gambaran umum dari kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas. Aktivitas tersebut dapat membantu berkembangnya pertumbuhan anak. Berkembangnya kemampuan motorik ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor pertumbuhan dan faktor perkembangan (Menurut Sukintaka, 2001 : 47).

Kemampuan motorik merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh, keterampilan motorik dan kontrol motorik. Keterampilan anak tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan

kontrol motorik. Kontrol motorik tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh. Kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa latihan fisik. Aspek-aspek yang perlu dikembangkan untuk anak adalah motorik, kognitif, emosi, sosial, moralitas dan kepribadian. Menurut Elizabeth B Hurlock (1998: 151) perkembangan motorik adalah perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat saraf, urat saraf, dan otot terkoordinasi. Sedangkan menurut Kirkendall. (1980: 213) kemampuan motorik adalah kualitas umum yang ditingkatkan melalui latihan-latihan.

Perkembangan motorik meliputi motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri, sedangkan motorik halus adalah gerakan yang menggunakan otot halus atau sebagian anggota tubuh tertentu yang dipengaruhi oleh kesempatan untuk belajar dan berlatih. (Lismadiana, 2013)

Kemampuan motorik merupakan faktor fisik yang dapat dikembangkan melalui belajar gerak. Di dalam belajar gerak diperlukan adanya ketelitian terhadap teknik gerakan yang benar, yaitu dimulai dari awal sampai akhir gerakan, sehingga kemampuan tersebut akan memberikan sumbangan terhadap keberhasilan tugas-tugas selanjutnya. Keterampilan motorik merupakan kemampuan yang penting dalam kehidupan sehari-hari maupun di dalam pendidikan jasmani, agar siswa terampil (mampu) dalam melakukan aktivitas fisik. Menurut Rusli Lutan (1988: 93) bahwa kemampuan motorik kasar adalah kapasitas seseorang yang berkaitan

dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak. Menurut Sukandiyanto (1997: 70) bahwa “kemampuan gerak adalah suatu kemampuan seseorang dalam menampilkan ketrampilan gerak yang lebih luas serta diperjelas bahwa kemampuan motorik suatu kemampuan umum yang berkaitan dengan penampilan berbagai ketrampilan atau tugas gerak”.

Dengan demikian bisa ditarik kesimpulan bahwa kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum, yang menjadikan dasar gerak untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan, keterampilan gerak. Seseorang yang memiliki tingkat kemampuan motorik yang tinggi dapat diartikan bahwa orang tersebut memiliki potensi atau kemampuan untuk melakukan keterampilan gerak yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang memiliki kemampuan motorik rendah.

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:

a. Kemampuan lokomotor

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

Dalam bolavoli kemampuan lokomotor contohnya adalah lompat smash, berlari mengejar bola untuk di passing.

b. Kemampuan nonlokomotor

Kemampuan non lokomotor dilakukan di tempat,tanpa ada ruang gerak yang menandai. Kemampuan non lokomotor terdiri dari menekuk dan meregang,mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan,melipat dan memutar, melingkar, melambungkan dan lain-lain. Dalam bolavoli kemampuan non lokomotor contohnya adalah menekuk dalam posisi siap untuk passing bawah dengan kedua kaki ditekuk, melambungkan bola dalam mengumpan.

c. Kemampuan manipulatif

Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam obyek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki,tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan. Manipulasi 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:

- 1) Gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang)
- 2) Gerakan menerima (menangkap) obyek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat dari bantalan karet (bola *medicine*) atau macam bola yang lain.
- 3) Gerakan memantul-mantulkan bola atau mengiring bola.

2. Unsur-Unsur Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik seseorang berbeda-beda tergantung pada banyaknya pengalaman melakukan gerak yang dikuasainya. Kemampuan motorik yang terdapat dalam fisik yang dapat dirangkum menjadi lima komponen yaitu: kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi. Adapun unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik menurut Sarjono (1995:3) ada lima unsur-unsur conditioning, yaitu:

- a. Kekuatan (*Strength*) adalah kemampuan otot untuk dapat mempergunakan kekuatan untuk melawan tahanan.
- b. Daya tahan (*Endurance*) adalah kemampuan dari individu untuk melawan kelelahan yang timbul dalam melakukan kegiatan jasmani dalam waktu yang lama.
- c. Kecepatan (*Speed*) adalah kemampuan seseorang dalam melakukan kegiatan sejenis dalam waktu yang sesingkat-singkatnya mendapatkan hasil yang sebaik-baiknya, kecepatan merupakan sejumlah gerakan dalam satuan unit waktu.
- d. Kelincahan (*Agility*) adalah kemampuan seseorang dalam merubah posisi atau arah.
- e. Kelenturan (*Fleibility*) adalah kemampuan seseorang melakukan gerakan-gerakan dengan amplitude yang luas.

Unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motoric menurut Toho dan Gusril (2004:50) yaitu:

a. Kekuatan

Kekuatan adalah kemampuan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi, kekuatan otot harus di punyai oleh anak sejak usia dini. Apabilan anak tidak mempunyai kekuatan otot tertentu, dia tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik seperti berjalan, melompat, melempar, memanjat, bergantung, dan mendorong.

b. Koordinasi

Koordinasi adalah kemampuan untuk mempersatukan atau memisah dalam suatu tugas kerja yang kompleks, dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dan system syaraf. Anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlihat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila mampu bergerak dengan mudah dan lancar dalam rangkaian dan irama gerakan yang terkontrol dengan baik.

c. Kecepatan

Kecepatan adalah sebagai kemampuan yang berdasarkan kelenturan dalam satuan waktu tertentu. Dalam melakukan lari 4 detik, semakin jauh jarak yang ditempuh maka semakin tinggi kecepatannya.

d. Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan di bagi dalam dua bentuk, yaitu: keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis menunjukan kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri di suatu

tempat. Keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah tempat dari satu tempat ke tempat lain.

e. Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak pada suatu titik ke titik lain, dalam melakukan lari zig-zag. Semakin cepat waktu yang di tempuh maka semakin tinggi kelincahannya.

Menurut Bompas yang dikutip oleh Djoko Pekik (2002: 66-78) 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 gerak melalui jangkauan yang luas.
- e. Koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien.

Menurut Edward Rahantoknam (1988: 123-128) kecakapan motorik seseorang dapat dilihat dari beberapa komponen:

a. Daya Ledak dan Daya Tahan Otot

Pada hakekatnya daya ledak dan daya tahan otot berhubungan dengan kekuatan (*strength*). Sedangkan kekuatan akan melandasi semua penampilan motorik.

b. Fleksibilitas

Fleksibilitas merupakan rentangan gerak persendian yang ada pada satu atau kelompok persendian. Fleksibilitas akan mengurangi resiko cedera pada aktifitas gerak tertentu. Fleksibilitas dapat diukur dengan banyak cara, yaitu dengan menggunakan meteran yang sederhana sampai peralatan elektronik dan fotografi yang canggih. Contoh alat yang digunakan dalam mengukur fleksibilitas adalah fleksometer.

c. Keseimbangan

Keseimbangan diperlukan untuk menghasilkan gerak yang dinamis dan ritmis. Keseimbangan tubuh terdiri atas keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis merupakan kecakapan untuk mempertahankan keseimbangan pada posisi diam, sedangkan keseimbangan dinamis diperlukan pada saat gerak.

d. Koordinasi

Koordinasi merupakan kecakapan umum (*general ability*) yang harus dipenuhi agar seseorang memiliki suatu keterampilan atau keahlian. Pada umumnya koordinasi berhubungan dengan keterpaduan antara gerakan tangan, badan, dan kaki. Makin tinggi koordinasi yang dimiliki

seseorang, maka makin baik penguasaannya dalam bidang aktifitas tertentu.

Berdasarkan komponen-komponen kemampuan motorik di atas, tidak berarti bahwa semua orang harus dapat mengembangkan secara keseluruhan komponen kemampuan motorik. Tiap orang mempunyai kelebihan dan kekurangan dalam mendapatkan komponen-komponen kemampuan motorik. Bagaimanapun juga, faktor yang berasal dari dalam dan luar selalu mempunyai pengaruh. Selain itu, jenis kelamin juga menentukan.

3. Fungsi Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik berkembang seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan gerak anak. Kondisi yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan, perkembangan dan kematangan anak terjadi peranan penting dalam pembentukan individu yang berkualitas tinggi dikemudian hari. Menurut Yanuar kiram, (1992: 42) keterampilan motorik dasar dikembangkan pada masa sebelum sekolah dan pada masa sekolah awal, dan ini akan menjadi bekal awal untuk mendapatkan keterampilan gerak yang efisien bersifat umum yang selanjutnya akan dipergunakan sebagai dasar untuk perkembangan keterampilan motorik yang lebih khusus, yang kesemuanya ini merupakan satu bagian integral prestasi motorik bagi anak dalam segala umur dan tingkatan.

Unsur-unsur kemampuan motorik akan semakin terlatih apabila seseorang semakin banyak mengalami berbagai pengalaman aktifitas gerak

yang bermacam-macam. Dengan mempunyai landasan untuk menguasai tugas keterampilan gerak yang khusus. Menurut Muthohir dan Gusril (2004) yang dikutip oleh Elena Elyonara (2012: 14) bahwa fungsi utama kemampuan gerak adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik

Perkembangan motorik masing-masing anak sejalan dengan bertambahnya usia, namun masing-masing anak mengalami pengalaman gerak yang berbeda-beda. Hal tersebut yang dapat mempercepat laju perkembangan motorik, namun juga bisa memperlambatnya. Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000: 70) pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut secara umum dibedakan menjadi tiga hal yang utama yaitu:

a. Faktor proses belajar mengajar (*learning process*)

Dalam hal pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar yang ditakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya. Berbagai tanda serta langkah yang bisa menimbulkan berbagai perubahan dalam perilaku peserta didik ketika sedang belajar gerak harus diupayakan kehadirannya. Di pihak lain, teori-teori belajar mengarahkan kita pada pemahaman tentang metode pengajaran yang efektif, apakah suatu materi pelajaran cocok disampaikan dengan menggunakan metode keseluruhan versus bagian, metode distribusi versus metode padat,

metode *drill versus problem solving*, atau metode pengajaran terprogram, kesemuanya merupakan poin-poin yang akan mengarahkan pada pencapaian keterampilan.

b. Faktor pribadi (*personal factor*)

Setiap orang (pribadi) merupakan individu yang berbeda-beda, baik dalam hal fisik, mental emosional, maupun kemampuan-kemampuannya. Menurut Singer yang dikutip oleh Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000: 72-73) ada 12 faktor pribadi yang mempengaruhi upaya pencapaian ketrampilan, yaitu:

- 1) Ketajaman indera, yaitu kemampuan indera untuk mengenal tampilan rangsang secara akurat.
- 2) Persepsi, yaitu kemampuan untuk membuat arti dari situasi yang berlangsung.
- 3) Intelegensi, yaitu kemampuan untuk menganalisis dan memecahkan masalah serta membuat keputusan-keputusan yang berhubungan dengan penampilan gerak.
- 4) Ukuran fisik, adanya tingkat yang ideal dari ukuran tubuh yang diperlukan untuk sukses dalam cabang olahraga tertentu.
- 5) Pengalaman masa lalu, yaitu keluasaan dan kualitas pengalaman masa lalu yang berhubungan dengan situasi dan tugas gerak yang dipelajari saat ini.

- 6) Kesangupan, terdiri dari kemampuan, keterampilan dan pengetahuan yang dikembangkan secara memadai untuk menyelesaikan tugas dan situasi yang dipelajari saat ini.
- 7) Emosi, kemampuan untuk mengarahkan dan mengontrol perasaan secara tepat sebelum dan pada saat melaksanakan tugas.
- 8) Motivasi, yaitu kehadiran semangat dalam tingkat optimal untuk bisa menguasai keterampilan yang dipelajari.
- 9) Sikap, yaitu adanya minat dalam mempelajari dan memberi nilai pada kegiatan yang sedang dilakukan.
- 10) Factor-faktor kepribadian yang lain, hadirnya sifat yang ekstrim seperti agresivitas, kebutuhan berafiliasi, atau perilaku lain yang dapat atau tidak dapat dimanfaatkan, tergantung situasi yang terjadi.
- 11) Jenis kelamin, yaitu pengaruh komposisi tubuh, pengalaman, factor-faktor budaya pada pelaksanaan kegiatan dan keinginan untuk berprestasi.
- 12) Usia, yaitu pengaruh usia kronologis dan kematangan pada kesiapan dan kemampuan untuk mempelajari dan menampilkan tugas tertentu.

c. Faktor situasional (*situasional factor*)

Faktor situasional yang dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran adalah lebih setuju pada keadaan lingkungan. Yang termasuk kedalam faktor situasional itu, antara lain seperti: tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk media belajar, serta kondisi sekitar

dimana pembelajaran itu dilangsungkan. Faktor-faktor ini pada pelaksanaannya akan mempengaruhi proses pembelajaran serta kondisi pribadi anak, yang kesemuanya berjalan saling menunjang dan atau sebaliknya. Ketiga faktor inilah yang diyakini telah terjadi penentu utama untuk mencapai keberhasilan dalam mempelajari keterampilan.

5. Pendidikan Jasmani Siswa Sekolah Dasar

Pendidikan jasmani menurut Bucher dalam Ega Trisna Rahayu (2013:3) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari suatu proses pendidikan secara keseluruhan, adalah proses pendidikan melalui kegiatan fisik yang dipilih untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan organik, neuromuscular, interperatif, sosial, dan emosional.

Tujuan khusus penjas untuk sekolah dasar di antaranya : (1) menyempurnakan gerakan dasar, (2) membentuk sikap, gerakan tubuh yang baik, (3) memelihara tubuh tetap sehat, (4) memberikan keterampilan gerakan-gerakan dasar dan unsur-unsur gerak, (5) memberikan keterampilan macam-macam permainan anak-anak, (6) memberikan keterampilan nomor-nomor atletik, permainan renang, senam, dan sebagainya, (7) meningkatkan taraf kesegaran fisik (Dwi Ratmanto, 2010 : 21)

Upaya pengembangan tingkat kemampuan motorik merupakan tugas bagi orang tua, guru penjas ataupun pelatih. Pengembangan kemampuan motorik merupakan bagian dalam pembentuk manusia Indonesia seutuhnya

dan merupakan tugas guru pendidikan jasmani (Sukintaka dalam Dwi Ratmanto, 2010: 21). Menurut Winarno dalam Dwi Ratmanto (2010: 21-28) dalam pendidikan jasmani agar interaksi berjalan dengan lancar maka ada beberapa komponen yang harus diperhatikan yaitu sebagai berikut :

a. Guru sebagai Pelaksana Kurikulum

Guru sebagai pelaksana kurikulum hendaknya mengetahui dan memahami isi kurikulum dan dapat melaksanakan sesuai dengan pedoman sehingga tujuan yang hendak dicapai terlaksana dengan baik dan lancar. hakikatnya guru pendidikan jasmani adalah sama dengan guru yang lain, hanya ada spesifikasi tersendiri karena keterkaitan dengan tugas-tugasnya, apalagi guru pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. Guru pendidikan jasmani di Sekolah Dasar juga harus mengetahui dan memahami karakteristik anak sekolah dasar. Siswa harus mendapatkan perhatian dan penekanan inilah yang memberikan kekhususan guru pendidikan jasmani di sekolah dasar.

Guru sebagai pengelola pendidikan sampai ke dalam kelas sebaiknya terdiri dari tenaga-tenaga yang profesional dalam bidang pendidikan. Bagi guru pendidikan jasmani agar mampu melaksanakan tugas dengan baik.

Menurut Sukintaka dalam Dwi Ratmanto (2010 : 22) kemampuan guru pendidikan jasmani di Sekolah Dasar sebagai berikut :

- 1) Mengerti akan pendidikan jasmani sebagai bidang studi adalah mempunyai kelebihan dalam ilmu pengetahuan tentang pendidikan

jasmani dan norma yang berlaku didalam pendidikan jasmani itu tersendiri.

- 2) Mengerti akan karakteristik siswa sekolah dasar, dalam kehidupannya baik pertumbuhan fisik, perkembangan mental, perkembangan sosial, dan perkembangan emosional.
- 3) Dapat membangkitkan dan memberikan kesempatan anak Sekolah Dasar untuk aktif dan kreatif dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan mampu menumbuhkembangkan potensi kemampuan motorik.
- 4) Dapat memberikan bimbingan dan pengembangan potensi siswa sekolah dasar dalam proses pembelajaran untuk pencapaian tujuan pendidikan jasmani.
- 5) Dapat merencanakan, melaksanakan, mengendalikan dan menilai, serta mengoreksi kesalahan gerakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar.
- 6) Mempunyai pemahaman tentang unsur-unsur kondisi fisik siswa Sekolah Dasar.
- 7) Mempunyai kemampuan untuk menceiptakan, mengembangkan, dan memanfaatkan lingkungan yang sehat dalam upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani.
- 8) Mempunyai kemampuan untuk mengidentifikasi potensi siswa dalam berolahraga.
- 9) Memiliki kemampuan untuk menyalurkan hobinya dalam olahraga.

b. Siswa sebagai subjek

Siswa sebagai subjek belajar bukan objek. Oleh karena itu prinsip pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar khususnya, siswa harus aktif bergerak, sedangkan guru harus aktif dan kreatif. Siswa harus banyak bergerak, hal tersebut dikarenakan kebutuhan siswa Sekolah Dasar untuk membantu pertumbuhan dan perkembangannya.

Keberhasilan belajar yang dipengaruhi siswa meliputi kondisi psikologis, fisiologis, dan sosial ekonomi. Menurut Wingkel dalam Dwi Ratmanto (2010 : 24) faktor yang mempengaruhi prestasi belajar ada dua faktor, yaitu faktor dari dalam diri siswa (internal) yang meliputi : (1) faktor psikis berupa intelektual (taraf intelegensi, kemampuan belajar, cara belajar), dan non intelektual (motivasi belajar, sikap minat), (2) faktor fisik yaitu keadaan fisik siswa. Faktor luar dari siswa (eksternal) yaitu meliputi : (1) faktor pengaruh sosial di sekolah (status sosial siswa, interaksi guru dan siswa), (2) faktor situasional (keadaan politik ekonomi, waktu, tempat, keadaan musim, dan iklim).

c. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana pendidikan jasmani adalah segala sesuatu yang menunjang pelaksanaan pendidikan jasmani. Sarana menunjuk kepada persediaan alat yang dibutuhkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, sedangkan prasarana menunjuk kepada fasilitas pelaksanaan pendidikan jasmani. Toho Cholik Muhtar (2010 : 24) menyatakan bahwa sarana dan prasarana sangat besar pengaruh terhadap program

pendidikan jasmani. Pembelajaran pendidikan jasmani yang berkualitas akan tercipta dengan sarana dan prasarana lengkap dan memadai,

Keterbatasan sarana dan prasarana sebagai penunjang proses pembelajaran harus dapat diatasi oleh guru pendidikan jasmani. Guru pendidikan jasmani harus mempunyai kreativitas yang tinggi untuk memodifikasi sarana prasarana yang terbatas sehingga pembelajaran jasmani lebih menarik.

d. Situasi Pembelajaran

Situasi pembelajaran dapat dibentuk oleh siswa sekolah dasar yang terdiri dari macam-macam tingkat umur, sehingga suatu permainan dapat bermakna latihan penguatan otot anak Sekolah Dasar tetapi juga bagi orang dewasa merupakan reaksi atau penanganan. Menurut Dwi Ratmanto (2010 : 25) guru pendidikan jasmani merupakan penentu situasi dan harus mampu mengarahkan situasi ini sesuai dengan rencana yang telah ditentukan. Sifat situasi dalam pembelajaran ialah situasi spontan dan gembira. Situasi ini diharapkan teraktualisasi potensi aktivitas anak dalam bentuk, gerak, sikap, dan perilaku, sehingga bilamana perlu guru memberikan koreksi, bimbingan atau pengarahan.

6. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Siswa berstatus sebagai subjek dari pendidikan. Pendidikan menurut Driyarkara dalam Sumitro, dkk (1998: 66), usaha sadar untuk memanusiakan manusia harus memandang peserta didik secara manusiawi dan mengembangkan pribadinya sepenuhnya dan seutuhnya, dalam

kesatuan yang seimbang, harmonis, dan dinamis. Masa sekolah dasar merupakan masa yang sangat penting dalam pembelajaran. Hal ini bukan saja pada masa ini anak mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan, namun siswa juga dalam taraf perkembangan fisik dan psikis.

Lebih lanjut karakteristik anak usia 10-12 tahun menurut Sukintaka (1992: 12), sebagai berikut:

a. Karakteristik Fisik

- 1) Perbaikan koordinasi gerak tubuh dalam melempar, menangkap memukul dan sebagainya.
- 2) Ketahanan bertambah, anak pria suka atau gemar ada kontak fisik, seperti berkelahi atau bergulat.
- 3) Pertumbuhan terus naik.
- 4) Koordinasi mata, tangan dan kaki lebih baik.
- 5) Bentuk tubuh yang baik dapat timbul/terjadi.
- 6) Filosofi, wanita-wanita satu tahun lebih maju daripada pria.
- 7) Perbedaan seksual banyak pengaruhnya.
- 8) Adanya perbedaan individu mulai nyata dan terang.

b. Karakteristik Sosial

- 1) Mudah terpengaruh, mudah sakit hati karena kritik.
- 2) Masa anak-anak suka membual.
- 3) Suka menggoda dan menyakiti anak lain.
- 4) Suka memperhatikan, bermain dalam bentuk-bentuk drama dan berperan.

- 5) Suka berteman dan senang terhadap teman-teman lain, di samping senang dengan teman akrab.
- 6) Kemauan besar.
- 7) Hasrat turut serta berkelompok.
- 8) Selalu bermain-main.
- 9) Menginginkan lebih ada kebebasan, tetapi tetap dalam lingkungan orang dewasa.
- 10) Lebih senang kegiatan beregu daripada individual.
- 11) Ada kecenderungan membanding-bandingkan dirinya dengan anak-anak lain.
- 12) Mengidentifikasi dirinya untuk tujuan kelompok dan pertanggungjawaban.
- 13) Sifat seksual lebih terlihat.

c. Karakteristik Psikis

- 1) Ruang lingkup perhatian bertambah.
- 2) Kemampuan berfikir bertambah.
- 3) Senang bunyi-bunyian dan gerakan-gerakan berirama.
- 4) Suka meniru.
- 5) Minat terhadap macam-macam permainan yang terorganisasi bertambah.
- 6) Sangat berhasrat ingin menjadi dewasa.
- 7) Khususnya gemar terhadap aktivitas-aktivitas yang berbentuk pertandingan.

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 ketujuh fase tersebut.

Dari beberapa pendapat ahli dapat disimpulkan bahwa masa anak usia sekolah dasar ini adalah masa-masa yang sangat penting karena pada masa-masa ini daya pikir anak sudah berkembang ke arah pemikiran kongkrit (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 dimasa dewasa nanti.

B. Penelitian yang Relevan

Untuk melengkapi dan membantu dalam persiapan penelitian, dicari penelitian yang relevan dengan penelitian yang diteliti. Hasil penelitian yang relevan ini sangat diperlukan guna mendukung kajian teori yang dikemukakan sehingga sebagai landasan pada penyusunan kerangka berfikir. Adapun hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini diantaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Pambudi (2010), yang berjudul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Negeri 1 Beluk Bayat Klaten Tahun 2009/2010”. Hasil penelitian menunjukkan dari 55 siswa bahwa siswa SD Negeri 1 Beluk Bayat Klaten kelas IV, V, dan VI dengan melihat jenis kelamin laki-laki terdapat 14 siswa (58,3 %) dalam kategori

sedang. 4 siswa (16,7 %) dalam kategori baik, 3 siswa (12,5 %) dalam kategori bakurang, 2 siswa (8,3 %) dalam kategori kurang sekali, dan 1 siswa (4,2 %) siswa kategori kurang. jenis kelamin perempuan terdapat 16 siswa (51,6 %) dalam kategori sedang. 7 siswa (22,5 %) dalam kategori baik, 3 siswa (12,5 %) dalam kategori bakurang, 2 siswa (6,5 %) dalam kategori kurang sekali, 3 siswa (9,7 %) siswa kategori kurang sekali dan 2 siswa (6,5 %) dalam kategori baik sekali.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Dwi Ratmanto (2009), yang berjudul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Wirokerten Banguntapan Bantul”. Dengan jumlah siswa 62 siswa. Dari hasil penelitian bahwa siswa sekolah dasar tersebut memiliki kemampuan motorik secara keseluruhan terdapat 6 siswa (9,7%) dalam kategori sangat baik sekali, 11 siswa (17,7 %) dalam kategori sangat baik, 29 siswa (46,8%) dalam kategori sedang, 13 siswa (21%) dalam kategori kurang, dan 3 siswa (4,8%) dalam kategori kurang sekali.

C. Kerangka Berpikir

Konsep dasar pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah mampu memberikan kesempatan bergerak yang seluas-luasnya kepada siswa. Usia sekolah merupakan usia dimana siswa sangat membutuhkan berbagai nuansa gerakan yang sangat beragam. Rangsangan-rangsangan selama proses pembelajaran berlangsung merupakan media yang sangat baik untuk menyalurkan dan mempersiapkan segala sesuatu yang ada agar lebih semakin ditingkatkan secara optimal. Program Pendidikan Jasmani seharusnya

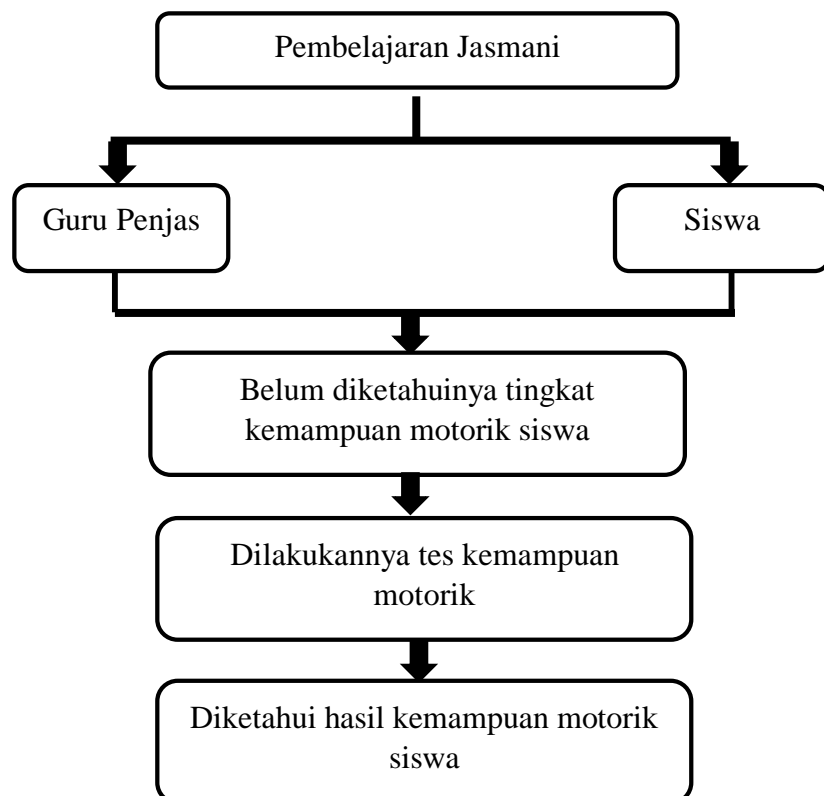
memberikan kebebasan memilih bagi siswa dalam melakukan tugas geraknya. Kegiatan-kegiatan dalam Pendidikan Jasmani semestinya dilaksanakan dengan bervariasi agar dapat memberikan keleluasaan anak bergerak sesuai minatnya dan dapat memberikan pengalaman yang lebih bermakna kepada anak.

Program Pendidikan Jasmani di sekolah diarahkan pada upaya pengarahan pribadi anak yang menyeluruh. Sungguh tidak bijaksana jika program Pendidikan Jasmani dipersempit pada beberapa cabang olahraga tertentu. Karena pembatasan aktivitas gerak anak akan merugikan pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh, sebab anak akan kurang memiliki kekayaan dan keluwesan gerak yang kompleks lebih lanjut. Gerakan melengkapinya seseorang dengan kemampuan untuk berinteraksi dan belajar dari lingkungannya. Kemampuan gerak seseorang yang khas merupakan hasil dari interaksi yang kompleks dari pengaruh keturunan dan lingkungan.

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

Pemberian kesempatan pada anak untuk bergerak dan bermain akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan motorik anak. Kemampuan motorik kasar yang dimiliki oleh anak bukan hanya untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam cabang olahraga aja, akan tetapi dapat membantu pula untuk memudahkan anak didik untuk melakukan tugas gerakya didalam proses Pendidikan Jasmani, serta mengembangkan sebagai ketrampilan gerak yang dimilikinya.

Ketrampilan psikomotor berhubungan gerak yang besar, kecepatan gerak sesuai tujuan yang akan dicapai, serta penggunaan tenaga yang minimal dengan pencapaian hasil yang maksimal. Dari uraian diatas terlihat bahwa kemampuan motorik mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.



Gambar 1. Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dimana penelitian ini peneliti hanya ingin mendeskripsikan atau menggambarkan situasi yang saat ini sedang berlangsung pada saat penelitian diadakan. Penelitian ini memfokuskan pada kemampuan motorik siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknik tes sebagai alat pengumpulan data. Penelitian ini diadakan di SD Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta.

B. Definisi Operasional Variabel

Sesuai dengan judul penelitian ini “Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta”, berarti variabel yang diteliti adalah kemampuan motorik. Untuk menghindari perbedaan interpretasi, terlebih dahulu perlu batasan operasional dari variabel penelitian tersebut yaitu : suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum, yang menjadi dasar untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan keterampilan gerak siswa. Tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta diukur dengan menggunakan Tes Pengukuran Kemampuan Motorik dari Nurhasan (2.16 : 1986) sebagai berikut : (1) Tes *Shuttle Run* 4 x 10 meter, (2) Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, (3) Tes *Stork Stand Positional Balance*, (4) Tes Lari Cepat 30 meter.

C. Populasi Penelitian

Populasi adalah kumpulan individu sejenis yang berada pada wilayah tertentu pada waktu tertentu pula. Menurut Suharsimi Arikunto (2002) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (total sampling). Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa dijadikan subjek penelitian yaitu siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta yang berjumlah 145 siswa, yang terdiri dari 78 siswa kelas IV (36 putra dan 36 putri) dan 67 siswa kelas V (31 putra dan 36 putri).

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 206:160). Untuk mengetahui kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta digunakan instrumen yang dapat mengukur kemampuan siswa melalui berbagai aspek yaitu dengan metode survey. Instrumen penelitian ini menggunakan Tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar dari Nur Hasan (1986). Tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93 dan validitasnya sebesar 0,87. Tes ini terdiri dari: (1) Tes *Shuttle Run* 4 x 10 meter, (2) Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, (3) Tes *Stork Stand Positional Balance*, (4) Tes Lari Cepat 30 meter.

2. Teknik Pengambilan Data

Data adalah sebuah fakta dan angka yang dapat dijadikan untuk menyusun suatu informasi, sedangkan informasi adalah hasil pengelolaan data yang dipakai suatu keperluan (Suharsimi Arikunto, 2006: 118).

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

a. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data

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

b. Pelaksanaan tes

Dalam tahap pelaksanaan tes kemampuan motorik, terlebih dahulu siswa dikumpulkan/dibariskan untuk berdoa, pemanasan, dan memberikan penjelasan tes kemampuan motorik kepada siswa. Pengambilan data dilakukan dengan jadwal mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Hari pertama dilakukan pelaksanaan tes untuk kelas V, hari kedua untuk kelas IV. Setiap kelas dibagi menjadi 4 kelompok sesuai jumlah tes yang akan dilakukan. Setiap jenis

tes di bagi dalam pos-pos, sehingga siswa yang melakukan tes harus dilakukan secara bergantian pada masing-masing pos tersebut. Dalam penelitian ini siswa melakukan berbagai jenis tes sebagai berikut: (1) Tes *Shuttle Run* 4 x 10 meter, (2) Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, (3) Tes *Stork Stand Positional Balance*, (4) Tes Lari Cepat 30 meter

c. Pengukuran tes

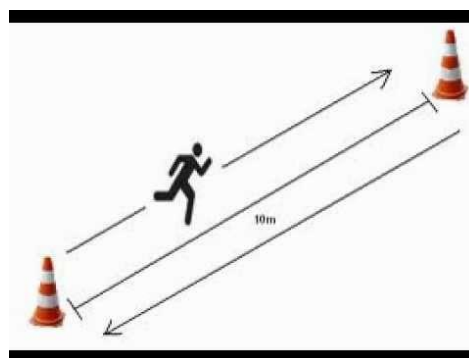
Dalam proses pengukuran ini menggunakan formulir penelitian yang sistematis guna mendapatkan data yang valid dari objek penelitian.

d. Pencatatan data tes

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

Data hasil pengukuran dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan tes kemampuan menurut Nurhasan (1986), adapun tes kemampuan tersebut meliputi:

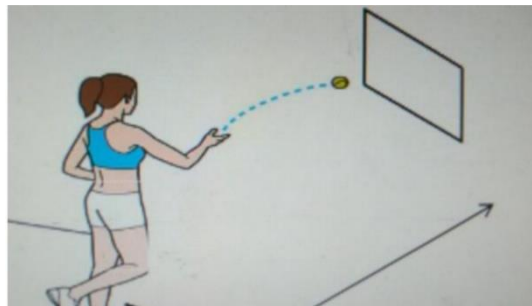
1) Tes *Shuttle Run* 4 x 10 meter



Gambar 2. *Shuttle Run* 4x10 meter
Sumber : <http://kumpulan-olahraga.blogspot.com>

- a) Tujuan tes ini untuk mengukur kelincihan murid dalam bergerak merubah arah.
- b) Alat dan fasilitas tes ini sebagai berikut: (1) Lintasan lurus, datar, tidak licin dan berjarak 10 meter, (2) bendera *start*, (3) peluit, (4) *stopwatch*, (5) kapur atau gamping, (6) cones dan (7) alat tulis
- c) Petugas tes bertugas sebagai petugas pencatat waktu dan petugas keberangkatan
- d) Pelaksanaan
 - (1) Sikap permulaan
Peserta berdiri di belakang garis *start*
 - (2) Gerakan
 - (a) Pada aba-aba “Siap” mengambil posisi start berdiri
 - (b) Pada aba-aba “Ya” pelari berlari secepat-cepatnya 4x10 meter sampai garis *finish*.
 - (3) Waktu
Pengukuran waktu dilakukan pada saat bendera diangkat sampai pelari tepat melintas garis *finish*.
- e) Pencatatan hasil
 - (1) Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai untuk menempuh jarak 4 x 10 meter
 - (2) Waktu dicatat sampai dua angka di belakang koma.

2) Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter



Gambar 3. Lempar tangkap bola jarak 1 meter

Sumber: www.pjkr.fikip.unyad.co.id

- (a) Tujuan tes ini bertujuan untuk mengukur koordinasi mata dan tangan
- (b) Alat dan fasilitas sebagai berikut: (1) bola tenis, (2) tembok sasaran segi empat tinggi 2.15 m jarak lempar 1 m
- (c) Pelaksanaan
 - (1) dengan satu tangan dan ditangkap dengan tangan lain

- (2) sebelum pelaksanaan testi diperbolehkan mencoba lebih dahulu
- (d) Pencatat hasil tiap lemaran yang mengenai sasaran dan tertangkap tangan memperoleh nilai satu, dengan ketentuan:
 - (1) Bola harus dilempar dari arah bawah
 - (2) Bola harus mengenai sasaran
 - (3) Bola harus segera ditangakap dengan tangan tanpa halangan sebelumnya
 - (4) Testi tidak beranjak atau berpindah keluar garis batas untuk melempar bola

3) Tes *Stork Stand Positional Balance*

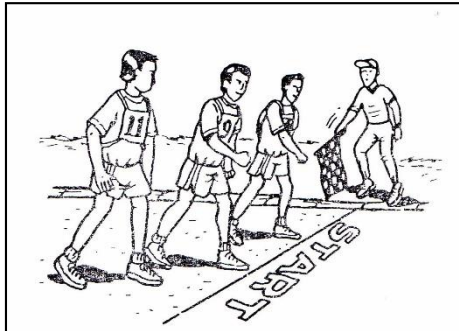


Gambar 4. *Stork Stand Positional Balance*

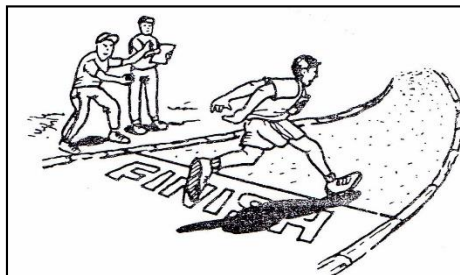
Sumber: <https://www.olahragakesehatanjasmani.com>

- a) Tujuan tes ini untuk mengukur keseimbangan tubuh
- b) Alat dan fasilitas sebagai berikut: (1) *stopwatch* (2) alat tulis
- c) Pelaksanaan
Subyek berdiri dengan tumpuan kaki kiri, kedua tangan bertolak pinggang, kedua mata dipejamkan, lalu letakkan kaki kanan pada lutut kaki kiri sebelah dalam. Pertahankan sikap tersebut selama mungkin.
- d) Pencatatan hasil
Dihitung waktu yang dicapai dalam mempertahankan sikap di atas sampai dengan tanpa memindahkan kaki kiri dari tempat semula.

4) Tes Lari Cepat 30 meter



Gambar 5. Start lari jarak 30 meter
Sumber: <http://nicabet.blogs.uny.ac.id>



Gambar 6. Finish lari jarak 30 meter
Sumber: <http://smansabanjaragung.blogspot.com>

- a) Tujuan tes ini untuk mengukur kecepatan maksimal.
- b) Alat dan fasilitas tes ini sebagai berikut: (1) Lintasan lurus, datar, tidak licin dan berjarak 30 meter, (2) bendera *start*, (3) peluit, (4) *stopwatch*, (5) kapur atau gamping (6) alat tulis
- c) Petugas tes bertugas sebagai pencatat waktu dan petugas keberangkatan
- d) Pelaksanaan
 - (1) Sikap permulaan
Peserta berdiri di belakang garis *start*
 - (2) Gerakan
 - (a) Pada aba-aba “Siap” mengambil posisi start berdiri
 - (b) Pada aba-aba “Ya” pelari berlari secepat-cepatnya sampai garis *finish*.
 - (3) Waktu
Pengukuran waktu dilakukan pada saat bendera diangkat sampai pelari tepat melintas garis *finish*.

- e) Pencatatan hasil
 - (1) Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai untuk menempuh jarak 30 meter
 - (2) Waktu dicatat sampai dua angka di belakang koma.

Masing-masing siswa melakukan tes secara bergantian dengan urutan: kelincahan, koordinasi mata dan tangan, keseimbangan dan yang terakhir kecepatan.

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

E. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul langkah berikutnya adalah menganalisis data, sehingga data-data tersebut dapat ditarik kesimpulannya. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif dengan persentase. Kemudian dilakukan penyortiran dari data yang diperoleh untuk mengetahui persamaan perbedaan ukuran, setelah itu data dimasukkan ke dalam program SPSS untuk dilakukan proses analisis. Adapun tahap-tahap untuk mengklarifikasinya adalah sebagai berikut:

1. Pemilihan teknik dan pelaksanaan analisis data.
2. Penyajian hasil analisis data.

Kedua tahapan teknik analisis data tersebut lebih rinci dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Pemilihan teknik dan pelaksanaan analisis data.

Data hasil setiap tes yang dicapai oleh setiap siswa yang telah mengikuti tes tersebut adalah kasar. Kemampuan gerak motorik anak tidak dapat

dinilai secara langsung berdasarkan hasil tes tersebut, karena satuan ukuran masing-masing tidak sama yaitu:

- a. Untuk tes lari cepat 30 meter, menggunakan satuan ukuran waktu (menit dan detik)
- b. Untuk tes shuttle run 4x10 meter, menggunakan satuan ukuran waktu (menit dan detik)
- c. Untuk tes lempar tangkap bola tenis, menggunakan satuan ukuran frekuensi.
- d. Untuk tes keseimbangan, menggunakan satuan ukuran waktu (menit dan detik).

Hasil kasar ini perlu diubah agar memiliki ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini adalah *T-score*. Selanjutnya *T-score* dari tiap jenis tes kemampuan dijumlah dan dibagi jumlah jenis tes kemampuan sehingga didapatkan total *T-score*. Hasil rerata *T-score* selanjutnya akan dikonversikan ke dalam kategori kemampuan motorik.

- a. Rumus *t-score* untuk tes lari cepat 30 meter dan shuttle run 4x10 meter

Penghitungannya dengan satuan waktu, semakin sedikit waktu yang dibutuhkan maka semakin bagus hasil yang diperoleh.

Adapun rumus *t-score* adalah sebagai berikut :

$$T\text{-score} = 50 + \left[\frac{M - X}{SD} \right] \times 1$$

b. Rumus *t-score* untuk lempar tangkap bola dan keseimbangan.

Penghitungannya dengan stauan waktu, dan satuan jumlah, semakin banyak angka yang dibutuhkan maka semakin bagus hasil yang diperoleh. Adapun rumus *t-score* adalah sebagai berikut :

$$T\text{-score} = 50 + \left[\frac{X-M}{SD} \right] \times 10$$

Keterangan:

M = Mean (nilai rata-rata)

X = Skor yang diperoleh

SD = *Standar Deviasi*

Sumber : Sutrisno Hadi, (2004: 295)

2. Penyajian hasil analisis data

Data yang telah terkumpul dijumlahkan sehingga didapatkan total *t-score*. Hasil *t-score* menjadi dasar menentukan klasifikasi kemampuan motorik siswa. Untuk mengetahui batas nilai tiap masing-masing kategori maka dijumlahkan menggunakan rumus baku. Untuk mempermudah dalam mendeskripsikan data, maka yang sudah dalam bentuk *t-score* kemudian dikonferensikan ke dalam kategori kemampuan motorik. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik data deskripsif kuantitatif dengan persentase sebagai penghitungnya. Menurut Anas Sudijono (2012 : 43) untuk menghitung frekuensi relatif (persentase) menggunakan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan :

F : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N : *Number of Cases* (jumlah frekuensi)

P : Angka Persentase

Sumber: Anas Sudijono (2012 : 43)

Untuk menentukan kategori kemampuan motorik menggunakan rumus dari Saifuddin Azwar (2010 :43), dari skor buku didapat lima kategori sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Penilaian Kemampuan Motorik

No	Kelas Interval	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X < M - 1,5 SD$	Kurang sekali

Keterangan :

X = Skor yang diperoleh

M = *Mean* (rata-rata)

SD = *Standar Deviasi*

Sumber : Saifuddin Azwar (2010 :43)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta diukur dengan 4 tes pengukuran yaitu Tes *Shuttle Run* 4x10 meter, Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter, Tes *Stork Stand Positional Balance* dan Tes Lari Cepat 30 meter. Hasil penelitian dari masing-masing tes tersebut sebagai berikut :

1. Kemampuan Motorik

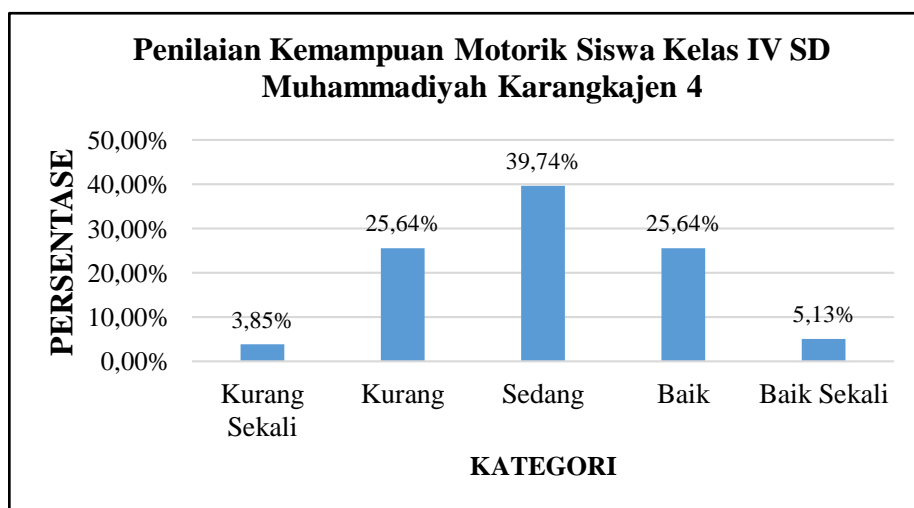
Berdasarkan hasil penelitian di atas maka data-data dari masing-masing telah diubah menjadi *t-score* yang kemudian dijumlahkan dan menjadi kemampuan motorik siswa kelas IV dan V. kemudian dikategorikan dalam kategori berdasarkan masing-masing kelas.

a. Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta

Deskripsi hasil penelitian kemampuan motorik siswa kelas IV SD Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta dari 78 orang diperoleh, rata-rata (*mean*) = 205,22 *median* = 207,63 *standard deviasi* = 27,32 *minimum* = 73,95 *maximum* = 255,39 *sum* = 16007,13. Tabel distribusi hasil penelitian kemampuan motorik siswa kelas IV SD Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Hasil Penelitian Tes Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Karangkajen 4

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 246.18$	Baik Sekali	4	5.13%
$218.88 \leq X < 246.18$	Baik	20	25.64%
$191.56 \leq X < 218.88$	Sedang	31	39.74%
$164.26 \leq X < 191.56$	Kurang	20	25.64%
$X \leq 164.26$	Kurang sekali	3	3.85%
Jumlah		78	100%



Gambar 7. Histogram Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Karangkajen 4

Berdasarkan Tabel di atas bahwa hasil kemampuan Motorik Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta yang masuk dalam kategori baik sekali 5,13%, baik 25,64%, sedang 39,74%, kurang 25,64% dan kurang sekali 3,85%.

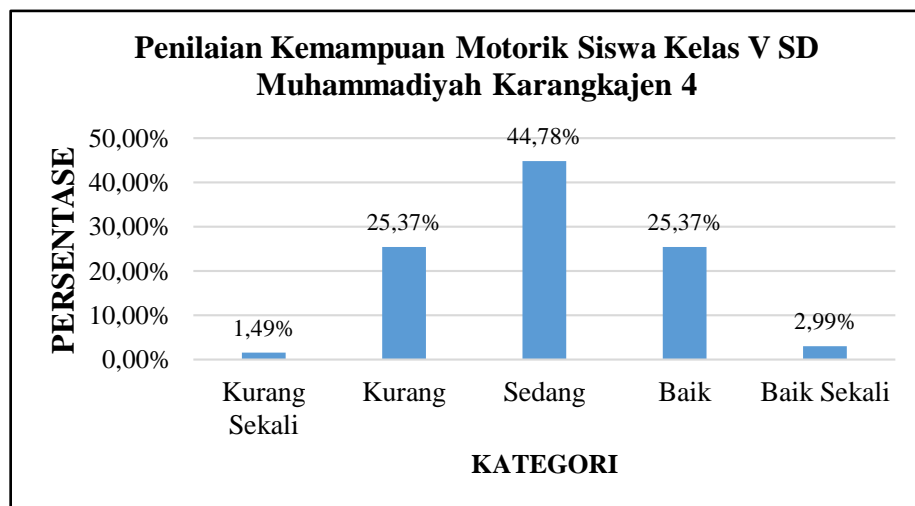
b. Kemampuan Motorik Siswa Kelas V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta

Deskripsi hasil penelitian kemampuan motorik siswa kelas IV SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta dari 67 orang diperoleh, rata-rata (*mean*) = 200,00 *median* = 202,35 *standard deviasi* = 27,63

$minimum = 57,02$ $maximum = 251,25$ $sum = 9223,37$. Tabel distribusi hasil penelitian kemampuan motorik siswa kelas IV SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta adalah sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil Penelitian Tes Kemampuan Motorik Siswa Kelas V SD Muhammadiyah Karangkajen 4

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 241.445$	Baik Sekali	2	2.99%
$213.815 \leq X < 241.445$	Baik	17	25.37%
$186.185 \leq X < 213.815$	Sedang	30	44.78%
$158.555 \leq X < 186.185$	Kurang	17	25.37%
$X \leq 158.555$	Kurang sekali	1	1.49%
Jumlah		67	100%



Gambar 8. Histogram Kemampuan Motorik Siswa Kelas V SD Muhammadiyah Karangkajen 4

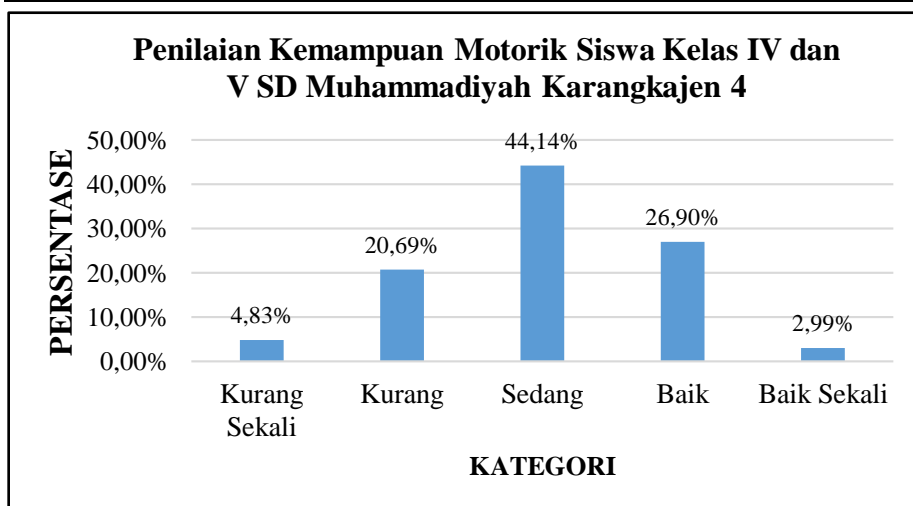
Berdasarkan Tabel di atas bahwa hasil kemampuan Motorik Siswa Kelas V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta yang masuk dalam kategori baik sekali 2,99%, baik 25,37%, sedang 44,78%, kurang 25,37% dan kurang sekali 1,49%.

c. Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta

Deskripsi hasil penelitian kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta dari 145 orang diperoleh, rata-rata (*mean*) = 199,99 *median* = 203,61 *standard deviasi* = 29,65 *minimum* = 47,75 *maximum* = 255,79 *sum* = 28999,99. Tabel distribusi hasil penelitian kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta adalah sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Penelitian Tes Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 244.465$	Sangat baik	5	3.45%
$214.815 \leq X < 244.465$	Baik	39	26.90%
$185.165 \leq X < 214.816$	Sedang	64	44.14%
$155.515 \leq X < 185.165$	Kurang	30	20.69%
$X \leq 155.615$	Kurang sekali	7	4.83%
Jumlah		145	100%



Gambar 9. Histogram Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta

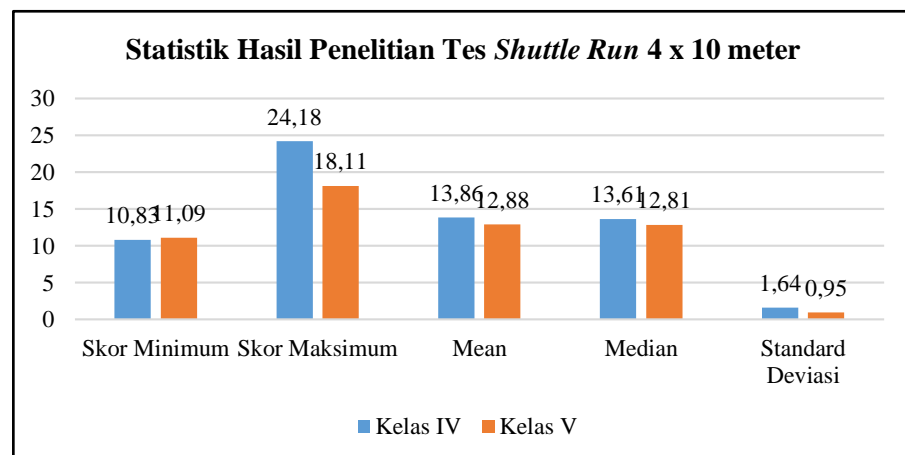
Berdasarkan Tabel di atas bahwa hasil kemampuan Motorik Siswa Kelas IV SD Muhammadiyah Karangakajen 4 Yogyakarta yang masuk dalam kategori baik sekali 2,99%, baik 26,90%, sedang 44,14%, kurang 20,69% dan kurang sekali 4,83%.

2. Tes Shuttle Run 4 x 10 meter

Hasil pengukuran melalui tes lari *shuttle run* 4 x 10 meter dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 5. Data Statistik T-score Hasil Penelitian Shuttle Run 4x10 meter

No	Keterangan	Skor (detik)	
		Kelas IV	Kelas V
1	Jumlah	78	67
2	Skor Minimum	10,83	11,09
3	Skor Maksimum	24,18	18,11
4	Mean	13,86	12,88
5	Median	13,61	12,81
6	Standar Deviasi	1,64	0,95



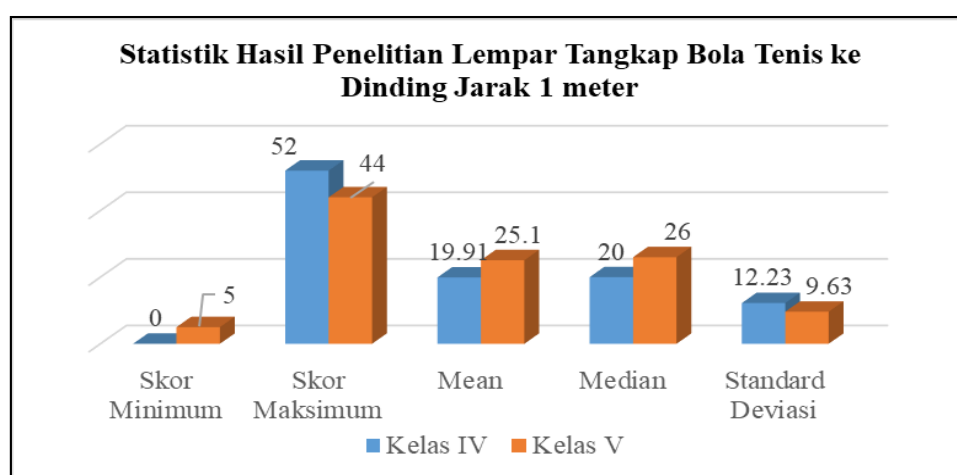
Gambar 10. Histogram Data Statistik T-score Hasil Penelitian Shuttle Run 4x10 meter

3. Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter

Hasil pengukuran melalui tes lempar tangkap bola tenis dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 6. Data Statistik T-score Hasil Penelitian Lempar Tangkap Bola Tennis Jarak 1 meter

No	Keterangan	Skor (x)	
		Kelas IV	Kelas V
1	Jumlah	78	67
2	Skor Minimum	0	5
3	Skor Maksimum	52	44
4	<i>Mean</i>	19,91	25,10
5	<i>Median</i>	20	26
6	<i>Standar Deviasi</i>	12,23	9,63



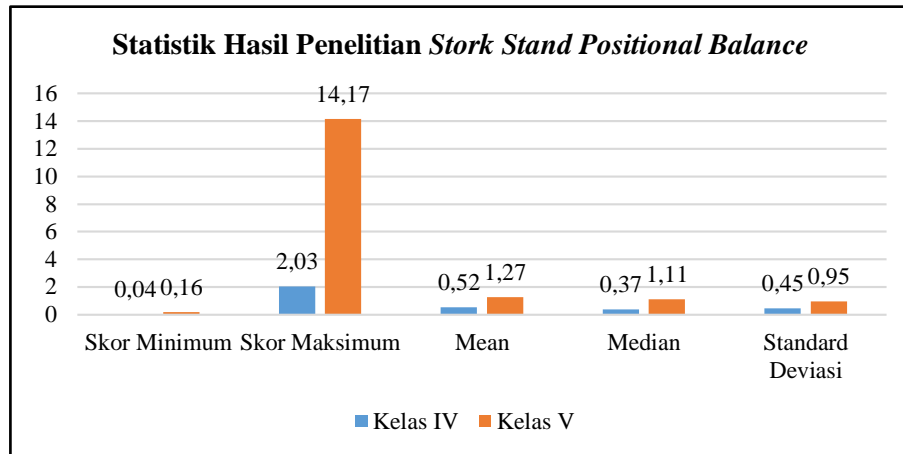
Gambar 11. Histogram Data Statistik T-score Hasil Penelitian Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter

4. Tes *Stork Stand Positional Balance*

Hasil pengukuran melalui tes *stork stand positional balance* dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 7. Data Statistik T-score Hasil Penelitian *Stork Stand Positional Balance*

No	Keterangan	Skor (menit)	
		Kelas IV	Kelas V
1	Jumlah	78	67
2	Skor Minimum	0,04	0,16
3	Skor Maksimum	2,03	14,17
4	<i>Mean</i>	0,52	1,27
5	<i>Median</i>	0,37	1,11
6	<i>Standar Deviasi</i>	0,45	1,74



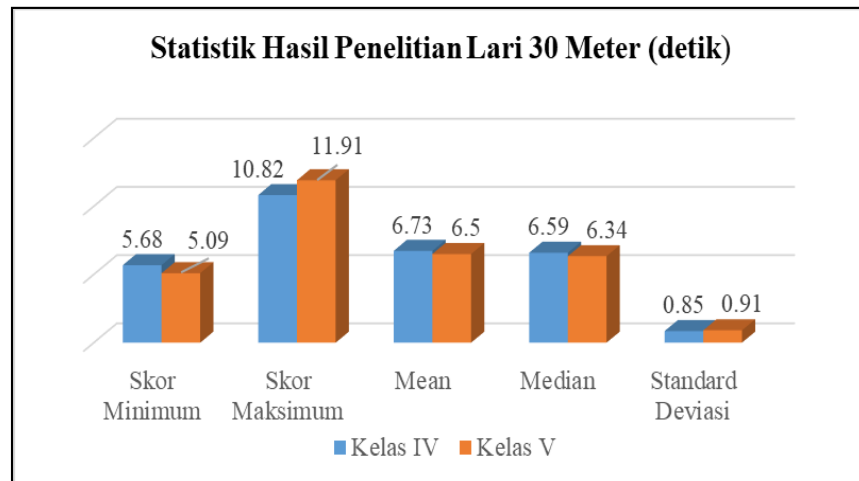
Gambar 12. Histogram Data Statistik T-score Hasil Penelitian Tes Stork Stand Positional Balance

5. Tes Lari Cepat 30 meter

Hasil pengukuran melalui tes lari jarak 30 meter dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 8. Data Statistik T-score Hasil Penelitian Lari 30 meter

No	Keterangan	Skor (detik)	
		Kelas IV	Kelas V
1	Jumlah	78	67
2	Skor Minimum	5,68	5,09
3	Skor Maksimum	10,82	11,91
4	Mean	6,73	6,50
5	Median	6,59	6,34
6	Standar Deviasi	0,85	0,91



Gambar 13. Histogram Data Statistik T-score Hasil Penelitian Lari 30 Meter

B. Pembahasan

Dalam penelitian ini bermaksud untuk mengetahui kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangjajen 4 dengan hasil yang cukup bervariasi. Dari 145 siswa, sebanyak 5 siswa (3,45%) memiliki kemampuan motorik yang kurang sekali, kategori baik sebanyak 39 siswa (26,9%), pada kategori sedang sebanyak 64 siswa (44,14%), pada kategori kurang sebanyak 30 siswa (20,69%) dan pada kategori kurang sekali sebanyak 7 siswa (4,83%).

Dari hasil tersebut dapat diartikan bahwa seorang anak mempunyai kemampuan motorik yang berbeda-beda. Keragaman kemampuan motorik dimungkinkan karena dipengaruhi faktor internal dan eksternal dari individu. Kondisi internal seperti perkembangan sistem saraf, tipe tubuh, motivasi, usia, tinggi, berat, jenis kelamin dan sebagainya. Perkembangan motorik sangat tergantung pada kematangan syaraf dan otot anak karena sistem saraf yang mengontrol gerak motorik pada tubuh manusia. Hal ini berkaitan dengan perkembangan motorik individu berbeda berdasarkan usianya. Betapapun

orang meningkatkan kemampuan motorik tetapi bila tanpa memperhatikan tahap kematangan ini, maka akan terjadi kegagalan bahkan kerusakan atau penyimpangan pribadi anak. Oleh sebab itu dalam usaha pengembangan kemampuan motorik anak perlu sekali memperhatikan tahap pertumbuhan dan perkembangan anak.

Tinggi badan, berat badan dan tipe tubuh merupakan faktor bawaan yang mempengaruhi perkembangan motorik. Seseorang yang memiliki ukuran tubuh yang ideal akan cenderung lebih mudah bergerak daripada yang gemuk. Anak yang normal perkembangan motoriknya akan lebih baik dibandingkan anak yang memiliki kekurangan fisik.

Motivasi berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan motorik anak, hal ini karena motivasi belajar penting untuk mempertahankan minat dari ketertinggalan. Untuk mengembangkan kemampuan motorik anak, sumber motivasi umum adalah kepuasan pribadi yang diperoleh anak dari kegiatan tersebut, kemandirian, dan gengsi yang diperoleh dari kelompok sebayanya, serta kompensasi terhadap perasaan kurang mampu dalam bidang lain khususnya dalam tugas sekolahnya. Ketika anak mampu melakukan gerakan motorik, maka anak akan termotivasi untuk bergerak kepada motorik yang lebih luas lagi.

Jenis kelamin berpengaruh terhadap kemampuan motorik, hal ini dikarenakan laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan antara lain pada bentuk tubuh, komposisi tubuh, struktur anatomis, dan faktor budaya. Anak laki-laki akan mengalami peningkatan ukuran tubuh yang lebih besar dari pada

perempuan. Selain itu juga diikuti oleh hormon pertumbuhan anak laki-laki dan perempuan yang juga berbeda. Faktor budaya yang mengakibatkan perbedaan tugas gerak antara anak laki-laki dan perempuan. Anak laki-laki biasanya cenderung memiliki tugas gerak yang lebih menggunakan otot besar, sedangkan perempuan cenderung memiliki tugas gerak yang lebih menggunakan otot kecil. Oleh karena itu anak laki-laki dan perempuan memiliki ciri fisik dan kemampuan yang berbeda.

Kondisi eksternal mencakup faktor-faktor yang terdapat diluar individu yang memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap penampilan gerak seseorang. Kondisi eksternal tersebut meliputi kondisi lingkungan pengajaran dan bahkan lingkungan sosial-budaya yang lebih luas. Lingkungan pengajaran yang baik akan lebih mendukung perkembangan kemampuan anak. Anak harus diberi kesempatan untuk berpraktek sebanyak yang diperlukan untuk menguasai suatu keterampilan. Banyak anak yang tidak berkesempatan untuk mengembangkan kemampuan motoriknya karena hidup dalam lingkungan yang tidak menyediakan kesempatan belajar atau karena orang tua takut hal yang demikian akan melukai anaknya. Pembatasan aktivitas gerak pada anak tersebut akan sangat merugikan bagi perkembangan kemampuan motorik anak.

Pemberian kesempatan yang cukup banyak bagi anak sejak usia dini untuk bergerak atau melakukan aktivitas jasmani dalam mengeksplorasi lingkungannya sangat penting, bukan hanya untuk keterampilan yang normal kelak setelah dewasa, tapi juga untuk perkembangan mental dan

kemampuannya. Keterlibatan seseorang dalam olahraga berlangsung melalui proses sosialisasi. Lingkungan sosial secara langsung menarik anak untuk mengintegrasikan perilakunya dengan lingkungan sosialnya. Agen sosial, situasi sosial dan karakteristik sosial sebagai faktor pemberi kesempatan sehingga sangat berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang. Faktor etnik dan budaya suku bangsa berkaitan pula dengan perkembangan kemampuan motorik. Bahkan ada kecenderungan, suku bangsa tertentu gemar berprestasi dalam cabang olahraga tertentu erat kaitannya dengan masalah sosial-budaya yakni faktor sosial ekonomi. Berikan kesempatan yang cukup kepada anak-anak untuk bergerak, karena penting sebagai dasar bagi pertumbuhannya yang normal.

Status gizi yang baik akan berpengaruh bagi perkembangan fisik dan motoriknya. Anak yang memiliki status gizi yang baik tentu pertumbuhan dan perkembangannya akan berjalan dengan seimbang dan sehat. Bila anak sudah sehat tentu dia akan dapat melaksanakan tugas sehari-hari dengan baik seperti belajar dan bermain.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangajen 4 memiliki kemampuan motorik sedang. Hal ini dikarenakan lingkungan sekolah yang tidak memiliki lahan yang luas sehingga kurang memberi kesempatan anak untuk bergerak bebas. Kurangnya sarana dalam pembelajaran Penjas juga akan menghambat dalam proses pembelajaran gerak. Selain itu, orang tua siswa yang tidak membiarkan anaknya untuk berjalan kaki atau bersepeda ke sekolah juga menjadi penghambat dalam

perkembangan gerak anak. Para orang tua siswa lebih memilih untuk mengantar anaknya ke sekolah dikarenakan faktor keamanan dan keselamatan siswa yang berangkat dan pulang sekolah melewati jalan yang ramai. Lingkungan tempat tinggal siswa di perkotaan yang padat dan kurang menyediakan tempat untuk bermain bagi anak secara tidak langsung menjadi penghambat gerak anak. Karena hal tersebut dimungkinkan kemampuan motorik siswa kurang optimal.

Penelitian ini hanya ingin menegaskan bahwa ada banyak unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik. Karena kemungkinan ada siswa yang bisa menguasai semua unsur-unsur yang ada dalam kemampuan motorik, tetapi bisa juga hanya menonjol dalam satu atau dua unsur saja. Jadi untuk mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap orang tidak hanya dapat dilihat melalui satu faktor saja, akan tetapi juga melalui berbagai faktor-faktor lainnya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada uraian hasil data penelitian maka dapat disimpulkan bahwa siswa kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangajen 4 Yogyakarta memiliki kemampuan motorik yang bervariasi. Dari 145 siswa, sebanyak 5 siswa (3,45%) memiliki kemampuan motorik yang kurang sekali, kategori baik sebanyak 39 siswa (26,9%), pada kategori sedang sebanyak 64 siswa (44,14%), pada kategori kurang sebanyak 30 siswa (20,69%) dan pada kategori kurang sekali sebanyak 7 siswa (4,83%).

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini mempunyai implikasi yaitu :

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi pihak-pihak yang terkait, yaitu bagi siswa untuk lebih bersungguh-sungguh dan mempunyai rasa senang saat mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani serta bagi guru untuk lebih meningkatkan profesionalisme dalam Pendidikan Jasmani.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan yang bermanfaat bagi wali murid dan sekolah dalam upaya mendidik anak didik agar dapat lebih banyak memberikan kesempatan pada anak sehingga pertumbuhan dan perkembangan motorik anak dapat berkembang secara optimal.

3. Sebagai kajian pengembangan ilmu keolahragaan kedepan sesuai dengan hasil penelitian yang diperoleh.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan sebaik-baiknya, tetapi masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, diantaranya:

1. Tidak diketahuinya keadaan fisik siswa pada saat pengambilan data, sehingga dapat mempengaruhi hasil pengukuran.
2. Tidak menutup kemungkinan siswa kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan tes, sehingga terdapat kemungkinan data yang dihasilkan kurang maksimal.
3. Penelitian ini mengontrol apakah siswa telah mengerti dan memahami cara pelaksanaan tes yang akan dilakukan meskipun sebelumnya telah diterangkan sebelum pelaksanaan dan diperagakan terlebih dahulu.
4. Penelitian ini hanya sebatas pada tingkat kemampuan motorik siswa sekolah dasar saja dan belum sampai pada pengaruh dari kemampuan motorik siswa tersebut di dalam aktivitas jasmani.

D. Saran

Hasil dari penelitian dan kesimpulan di atas, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa

Penulis memberikan saran kepada siswa yang mempunyai kemampuan motorik kurang untuk lebih banyak melakukan aktivitas gerak jasmani.

2. Bagi guru

Setelah mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap siswa, diharapkan data yang diperoleh dapat dimanfaatkan oleh guru di dalam merancang serta mengembangkan setiap program pembelajaran Pendidikan Jasmani yang sesuai dengan keterampilan yang dimiliki oleh setiap siswa.

3. Bagi sekolah

Penelitian ini nantinya dapat dijadikan sebagai pedoman dalam merancang kurikulum dan materi program Pendidikan Jasmani berdasarkan keterampilan motorik yang dimiliki siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Amung, Ma'mun dan M. Saputra Yudha. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Bandung: IKIP Bandung Press.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Dwi Rahmanto. (2010). *Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Wirokerten Banguntapan Bantul*. Skripsi. Yogyakarta. FIK UNY.
- Endang Rini Sukamti, MS (2007). *Diklat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hurlock, Elizabeth B. (1978). *Perkembangan Motorik Anak Jilid II (Terjemahan) edisi Keenam*. Jakarta. Erlangga.
- Husdarta dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Depdikbud.
- Lismadiana. (2013). *Peran Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini*. Jurnal ISSA, 2(3), 101-109.
- Nurhasan. (2004). *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Depdiknas.
- Pambudi. (2010). *Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Negeri 1 Beluk Bayat Klaten Tahun 2009/2010*. Skripsi. Yogyakarta. FIK UNY.
- Rahantoknam, B. Edward. (1988). *Belajar Motorik: Teori dan Aplikasinya Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.
- Rusli Lutan. (2001). *Asas-asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- S. Uyanto, Stanisalus. (2009). *Pedoman Analisis Data dengan SPSS*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Saifuddin Azwar. (2010). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sardjono. (1977). *Conditioning*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukintaka. (2001). *Teori Bermain, Untuk D-II PGSD PENJASKES*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

_____. (1995). Teori Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: Yayasan Nuansa:
Cendikia.

Suharsimi, Arikunto. (2006). Prosedur Penelitian. Jakarta: Rinika Cipta

Syamsu Yusuf. (2004). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung:
Remaja Rosdakarya.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 09.05/UN.34.16/PP/2018.

Lamp. : 1 Eks.

4 September 2018.

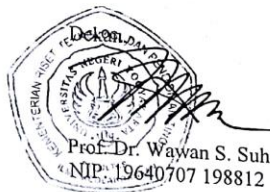
Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.
Kepala SD Muhammadiyah
Karangkajen 4 Yogyakarta
di Tempat.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Nur Farizal
NIM : 13604221028
Program Studi : PGSD Penjas
Dosen Pembimbing : Sudardiyono, M.Pd.
NIP : 195608151987031001
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : September s/d Oktober 2018
Tempat : SD Muhammadiyah Karang ajen 4 Yogyakarta
Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.



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

Tembusan :

1. Kepala SD Muhammadiyah 4.
2. Kaprodi PGSD Penjas.
3. Pembimbing Tas.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH SEWON UTARA
SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH KARANGKAJEN IV

Alamat : Salakan, Bangunharjo, Sewon, Bantul, Yogyakarta, 55187, Telp (0274) 373757

SURAT KETERANGAN

NO : 140/SD/MKKIV/X/2018

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah SD Muhammadiyah Karangkajen IV, Salakan, Bangunharjo, Sewon, Bantul, Yogyakarta :

Nama : Jawadi, S.Pd
NIP : 19661015 199103 1 006
Pangkat/ Golongan : Pembina/ IVa
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan sesungguhnya bahwa :

Nama : NUR FARIZAL
NIM : 13604221028
Prodi : PGSD Penjas
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan penelitian dengan judul "Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen IV" yang dilakukan di SD Muhammadiyah Karangkajen IV pada tanggal 9 s.d 10 Oktober 2018.

Demikian surat keterangan ini kami buat, semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sewon, 26 Oktober 2018

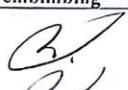








Kepala SD Muhammadiyah Karangkajen IV



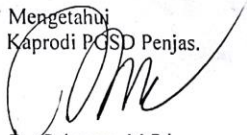
Lampiran 3. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

**KARTU BIMBINGAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Nama Mahasiswa : Nur Farizal
 NIM : 13604221028
 Program Studi : PGSD Penjask
 Jurusan : POK
 Pembimbing : Drs. Sudardiyono, M. Pd

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	24.1.2018	Proposal	
2.	2.2.2018	bab I → d perbaiki	
3.	2.2.2018	bab I → d perbaiki	
4.	14.3.2018	bab I → lanjut bab II	
5.	27.3.2018	bab II → d perbaiki bab III	
6.	4.4.2018	Bab IV+V → d perbaiki	
7.	17.4.2018	bab III → d perbaiki	
8.	14.8.2018	Bab III → d perbaiki	
9.	30.08.2018	bab IV+V → d perbaiki	

Mengetahui
 Kaprodi PGSD Penjas.


 Dr. Subagyo, M.Pd
 NIP. 19561107 198203 1 003

Lampiran 4. Instrumen Penelitian

Menurut Nurhasan (1986), adapun tes kemampuan tersebut meliputi:

1) Tes *Shuttle Run 4 x 10 meter*

- a) Tujuan tes ini untuk mengukur kelincahan murid dalam bergerak merubah arah.
- b) Alat dan fasilitas tes ini sebagai berikut: (1) Lintasan lurus, datar, tidak licin dan berjarak 10 meter, (2) bendera *start*, (3) peluit, (4) *stopwatch*, (5) kapur atau gamping, (6) cones dan (7) alat tulis
- c) Petugas tes bertugas sebagai petugas pencatat waktu dan petugas keberangkatan
- d) Pelaksanaan
 - (1) Sikap permulaan
Peserta berdiri di belakang garis *start*
 - (2) Gerakan
 - (a) Pada aba-aba “Siap” mengambil posisi start berdiri
 - (b) Pada aba-aba “Ya” pelari berlari secepat-cepatnya 4x10 meter sampai garis *finish*.
 - (3) Waktu
Pengukuran waktu dilakukan pada saat bendera diangkat sampai pelari tepat melintas garis *finish*.
- e) Pencatatan hasil
 - (1) Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai untuk menempuh jarak 4 x 10 meter
 - (2) Waktu dicatat sampai dua angka di belakang koma.

2) Tes *Stork Stand Positional Balance*

- a) Tujuan tes ini untuk mengukur keseimbangan tubuh
- b) Alat dan fasilitas sebagai berikut: (1) *stopwatch* (2) alat tulis
- c) Pelaksanaan
Subyek berdiri dengan tumpuan kaki kiri, kedua tangan bertolak pinggang, kedua mata dipejamkan, lalu letakkan kaki kanan pada

lutut kaki kiri sebelah dalam. Pertahankan sikap tersebut selama mungkin.

d) Pencatatan hasil

Dihitung waktu yang dicapai dalam mempertahankan sikap di atas sampai dengan tanpa memindahkan kaki kiri dari tempat semula.

3) Tes Lempar Tangkap Bola Tennis

(a) Tujuan tes ini bertujuan untuk mengukur koordinasi mata dan tangan

(b) Alat dan fasilitas sebagai berikut: (1) bola tennis, (2) tembok sasaran segi empat tinggi 2.15 m jarak lempar 1 m

(c) Pelaksanaan

(1) dengan satu tangan dan ditangkap dengan tangan lain

(2) sebelum pelaksanaan testi diperbolehkan mencoba lebih dahulu

(d) Pencatat hasil tiap lemaran yang mengenai sasaran dan tertangkap tangan memperoleh nilai satu, dengan ketentuan:

(1) Bola harus dilempar dari arah bawah

(2) Bola harus mengenai sasaran

(3) Bola harus segera ditangkap dengan tangan tanpa halangan sebelumnya

(4) Testi tidak beranjak atau berpindah keluar garis batas untuk melempar bola

4) Tes lari jarak pendek 30 meter

a) Tujuan tes ini untuk mengukur kecepatan maksimal.

b) Alat dan fasilitas tes ini sebagai berikut: (1) Lintasan lurus, datar, tidak licin dan berjarak 30 meter, (2) bendera *start*, (3) peluit, (4) *stopwatch*, (5) kapur atau gamping (6) alat tulis

c) Petugas tes bertugas sebagai pencatat waktu dan petugas keberangkatan

d) Pelaksanaan

(1) Sikap permulaan

Peserta berdiri di belakang garis *start*

(2) Gerakan

(a) Pada aba-aba “Siap” mengambil posisi start berdiri

(b) Pada aba-aba “Ya” pelari berlari secepat-cepatnya sampai garis *finish*.

(3) Waktu

Pengukuran waktu dilakukan pada saat bendera diangkat sampai pelari tepat melintas garis *finish*.

e) Pencatatan hasil

(1) Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai untuk menempuh jarak 30 meter

(2) Waktu dicatat sampai dua angka di belakang koma.

Lampiran 5. Data Hasil Penelitian

A. Data T-score dan Kategori Kelas IV SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta

NO	Nama	JK	Shuttle Run 4x10 m	T-score	Lempar Tangkap Bola Tennis	T-score	Stork Stand Positional Balance	T-score	Lari 30 m	T-score	Total T-score	Kategori
1	Ahmad Alif Ar Rosyid	L	12.67	57.26	22	51.71	1	60	6.17	56.62	225.59	Baik
2	Averoes Nala Ganang S	L	12.66	57.32	24	53.34	0.05	50.5	6.19	56.39	217.55	Sedang
3	Ezar Zhafran Pramono R	L	11.84	62.31	30	58.25	0.49	54.9	5.81	60.82	236.28	Baik
4	Galuh Nadya Sekarlangit	P	13.2	54.04	21	50.89	0.3	53	6.27	55.45	213.38	Sedang
5	Hafizh Nabawy	L	11.94	61.7	46	71.32	0.55	55.5	5.84	60.47	248.99	Baik Sekali
6	Keisha Nabilah Eka P.	P	13.31	53.37	33	60.7	0.36	53.6	6.26	55.57	223.24	Baik
7	Muh. Akhtar Rabbani	L	10.83	68.45	32	59.88	0.2	52	5.68	62.33	242.66	Baik
8	Muh. Azzruel Van Dhiaz	L	12.05	61.03	37	63.97	0.14	51.4	5.84	60.47	236.87	Baik
9	Muhammad Nadief F.	L	11.8	62.55	50	74.59	1.07	60.7	6.09	57.55	255.39	Baik Sekali
10	Mutia Auliya Hafizh	P	12.21	60.06	25	54.16	0.44	54.4	6.25	55.69	224.31	Baik
11	Novita Rahma	P	13.43	52.64	23	52.53	0.19	51.9	6.6	51.61	208.68	Sedang
12	Velani Almyra R.	P	13.18	54.16	30	58.25	1.25	62.5	6.43	53.59	228.5	Baik
13	Zakiya Baktiadi Raisa P	L	13.33	53.25	4	37	1.36	63.6	6.8	49.28	203.13	Sedang
14	Adnan Rafi Kurniawan	L	13.49	52.28	20	50.07	0.42	54.2	6	58.6	215.15	Sedang
15	Aisyah Karimani	P	14.08	48.69	0	33.73	1.13	61.3	7.2	44.61	188.33	Kurang

16	Aizka Syafalla E.	P	15.05	42.8	1	34.55	0.4	54	7.97	35.64	166.99	Kurang
17	Akbar Ramadhan P.	L	13.59	51.67	20	50.07	0.38	53.8	6.47	53.12	208.66	Sedang
18	Alvino Reyhan Saputra	L	12.05	61.03	42	68.05	0.4	54	5.8	60.93	244.01	Baik
19	Amara Dewi Kirana	P	13.17	54.22	19	49.26	0.35	53.5	6.72	50.21	207.19	Sedang
20	Anggita Mulatsih	P	13.34	53.19	25	54.16	0.41	54.1	6.7	50.44	211.89	Sedang
21	Aqilla Lintang Khalica	P	13.36	53.07	16	46.8	0.36	53.6	6.59	51.72	205.19	Sedang
22	Arya Fadhil Pramana	L	11.94	61.7	52	76.23	0.46	54.6	5.76	61.4	253.93	Baik Sekali
23	Azkie Putri Azzahra	P	13.57	51.79	19	49.26	0.1	51	6.88	48.34	200.39	Sedang
24	Azra Ghaisani Asfa	P	13.66	51.24	16	46.8	0.23	52.3	6.88	48.34	198.68	Sedang
25	Naufal Altaf Sevenly P	L	13.56	51.85	26	54.98	1.26	62.6	6.51	52.66	222.09	Baik
26	Hauzan Irhab Nabil	L	13.58	51.73	36	63.15	0.18	51.8	7.29	43.56	210.24	Sedang
27	Kamea Raina Azalia	P	13.2	54.04	16	46.8	1.22	62.2	6.89	48.23	211.27	Sedang
28	Kenia Hapsari	P	14.37	46.93	6	38.63	0.52	55.2	7.51	41	181.76	Kurang
29	Kiki Kurniawan	L	14.22	47.84	5	37.81	0.11	51.1	6.75	49.86	186.61	Kurang
30	Luthfan Rizky A.	L	15.77	38.42	26	54.98	0.23	52.3	8.32	31.56	177.26	Kurang
31	Maretha Widayarsi	P	14.2	47.96	3	36.18	1.54	65.4	7.82	37.39	186.93	Kurang
32	Muh. Fajar Adriansyah	L	12.81	56.41	26	54.98	2.03	70.3	6.62	51.37	233.06	Baik
33	Muh. Hanan Alifian S.	L	12.09	60.79	42	68.05	1.14	61.4	5.86	60.23	250.47	Baik Sekali
34	Muh. Rayyis Zufar	L	12.9	55.86	25	54.16	1.02	60.2	6.02	58.37	228.59	Baik
35	Nabila Syafitri	P	13.94	49.54	27	55.79	0.44	54.4	7.12	45.55	205.28	Sedang

36	Novasa Jasmine Prayoga	P	14.13	48.39	25	54.16	0.35	53.5	7.08	46.01	202.06	Sedang
37	Rahmalia Vira Agustin	P	13.29	53.49	9	41.08	0.12	51.2	7.41	42.16	187.93	Kurang
38	Rayhan Ahmad Aliftian	L	12.98	55.38	28	56.61	0.31	53.1	7.73	38.43	203.52	Sedang
39	Mohammad Altaf	L	12.48	58.42	19	49.26	0.24	52.4	6.91	47.99	208.07	Sedang
40	Keysia Rahma N	P	13.86	50.03	0	33.73	0.04	50.4	7.84	37.15	171.31	Kurang
41	Rizla Ahmad Al Azka	L	12.7	57.08	24	53.34	0.38	53.8	5.9	59.77	223.99	Baik
42	Sabri Zackari Putra	L	12.32	59.39	26	54.98	0.44	54.4	6.02	58.37	227.14	Baik
43	Sagita Alicia Tajma	P	13.52	52.1	17	47.62	0.2	52	5.79	61.05	212.77	Sedang
44	Satriya Putra Ramadhan	L	13.55	51.91	32	59.88	0.32	53.2	5.75	61.51	226.5	Baik
45	Stoner Rafka Satyatama	L	14.23	47.78	20	50.07	0.39	53.9	6.57	51.96	203.71	Sedang
46	Yovinaa Sekar Anjani	P	14.17	48.14	10	41.9	0.27	52.7	6.85	48.69	191.43	Kurang
47	Anugrah Erika Putri P.	P	15.24	41.64	10	41.9	0.53	55.3	6.93	47.76	186.6	Kurang
48	Hasna Nurfadhilah Putri	P	24.18	-12.7	0	33.73	0.05	50.5	10.82	2.42	73.95	Kurang Sekali
49	Achmad Maulana Zulfa	L	13	55.26	37	63.97	0.05	50.5	6.18	56.5	226.23	Baik
50	Al Banny Exel Susanto	L	13.65	51.31	35	62.33	0.09	50.9	6.17	56.62	221.16	Baik
51	Almira Laili Khoirunisa	P	15.76	38.48	0	33.73	0.2	52	7.37	42.63	166.84	Kurang
52	Alvin Dimas K.	L	14.56	45.77	24	53.34	0.3	53	6.88	48.34	200.45	Sedang
53	Anisa Puspita Prasetyo	P	16.54	33.74	8	40.27	0.24	52.4	8.55	28.88	155.29	Kurang Sekali
54	Claresta Ayu Fatima	P	13.65	51.31	20	50.07	1.25	62.5	6.59	51.72	215.6	Sedang
55	Daffa Aziz Novi S.	L	14	49.18	15	45.99	0.56	55.6	6.26	55.57	206.34	Sedang

56	Dzamar Ma'ruuf Satria	L	13.56	51.85	10	41.9	0.13	51.3	5.88	60	205.05	Sedang
57	Fahrhun Mu'ammam Ilyas	L	15.77	38.42	9	41.08	0.46	54.6	7.6	39.95	174.05	Kurang
58	Faizah Zahra Al Syifa	P	15	43.1	9	41.08	0.31	53.1	6.95	47.53	184.81	Kurang
59	Farhan Muh. Arkan N.	L	14.32	47.23	11	42.72	0.14	51.4	6.06	57.9	199.25	Sedang
60	Faridah Azkia Nur R.	P	15	43.1	21	50.89	0.42	54.2	6.53	52.42	200.61	Sedang
61	Helga Rahma Diva	L	15	43.1	14	45.17	0.09	50.9	7.86	36.92	176.09	Kurang
62	Khoirunisa Kirana A.	P	15.78	38.36	15	45.99	0.34	53.4	7.45	41.7	179.45	Kurang
63	Maitsa Aqila Ma'ruf	P	15.24	41.64	4	37	0.24	52.4	8.62	28.06	159.1	Kurang Sekali
64	Mavista Aninsya Putri	P	16.76	32.4	15	45.99	0.21	52.1	6.98	47.18	177.67	Kurang
65	Muh. Fadli Afriansyah	L	13.56	51.85	15	45.99	0.05	50.5	6.73	50.09	198.43	Sedang
66	Muh. Iliya Aziz Abigael	L	13.96	49.42	25	54.16	1.28	62.8	6.42	53.7	220.08	Baik
67	Muh. Naja Faudul Y.	L	13	55.26	25	54.16	1.09	60.9	6	58.6	228.92	Baik
68	Muh. Zhorif Putra H.	L	14.45	46.44	34	61.52	1.43	64.3	5.8	60.93	233.19	Baik
69	Nabila Naswa Karimah	P	13.68	51.12	9	41.08	1.18	61.8	5.95	59.18	213.18	Sedang
70	Qatrunnada Kamila	P	14.1	48.57	9	41.08	0.28	52.8	6.08	57.67	200.12	Sedang
71	Rasya Chusni Al Kafi	L	14	49.18	28	56.61	0.13	51.3	6.5	52.77	209.86	Sedang
72	Rosiva Titania Aulia P.	P	15.76	38.48	6	38.63	1.38	63.8	7.77	37.97	178.88	Kurang
73	Sasabila Kartika Dewi	P	13.64	51.37	24	53.34	0.57	55.7	6.53	52.42	212.83	Sedang
74	Zakiya Khaira Almahira	P	14.15	48.27	12	43.54	0.04	50.4	7.9	36.45	178.66	Kurang
75	Zahra Pramita Furi A.	P	14.2	47.96	10	41.9	0.05	50.5	6.87	48.46	188.82	Kurang

76	Yolen Wahyu Aulia	P	15	43.1	1	34.55	0.47	54.7	7.23	44.26	176.61	Kurang
77	Arifa Zahra	P	13	55.26	10	41.9	1.06	60.6	6.53	52.42	210.18	Sedang
78	Rheny Ega Saputra	L	14.32	47.23	33	60.7	1.3	63	5.8	60.93	231.86	Baik

B. Data T-score dan Kategori Kelas V SD Muhammadiyah Karangakajen 4 Yogyakarta

NO	Nama	JK	Shuttle Run 4x10 m	T-score	Lempar Tangkap Bola Tenis	T-score	Stork Stand Positional Balance	T-score	Lari 30 m	T-score	Total T-score	Kategori
1	Ananda Galih Prasetyo	L	13.21	46.57	35	60.27	1.56	57.07	6.59	49.04	212.95	Sedang
2	Anang Satya Nugroho	L	14.18	36.43	21	45.74	0.33	39.61	7.1	43.43	165.21	Kurang
3	Azema Heiga Moria	L	12.79	50.96	13	37.44	1.55	56.93	8.34	29.81	175.14	Kurang
4	Beno Damar Panuluh	L	12.54	53.57	32	57.16	1.06	49.97	6.35	51.67	212.37	Sedang
5	Bunga Kesya Al Zalwa	P	12.81	50.75	20	44.7	0.18	37.49	6.26	52.66	185.6	Kurang
6	Garin Wicaksono R.	L	13.85	39.88	16	40.55	0.3	39.19	7.47	39.37	158.99	Kurang
7	Grafizhafira Rahma	P	12.59	53.05	11	35.36	1.24	52.53	6.37	51.45	192.39	Sedang
8	Lunaira Nafisha	P	13.08	47.93	23	47.82	0.38	40.32	6.57	49.26	185.33	Kurang
9	Rr Nugraheni Raina W.P	P	13.08	47.93	12	36.4	0.35	39.9	6.8	46.73	170.96	Kurang
10	Shirin Abida Azhari	L	13.04	48.34	24	48.85	0.22	38.05	7.28	41.45	176.69	Kurang
11	Tegar Aulia Rizqy	L	12.53	53.67	32	57.16	0.28	38.91	6.69	47.94	197.68	Sedang
12	Akbar Nur Setiohadi R.	L	11.88	60.46	14	38.48	1.11	50.68	5.89	56.73	206.35	Sedang
13	Adira Surya Novan	P	12.99	48.87	32	57.16	1.26	52.81	6.04	55.08	213.92	Baik

14	Adryan Qais Muhammad	L	13.3	45.63	16	40.55	1.01	49.26	6.8	46.73	182.17	Kurang
15	Ahmad Fadhlán A.W	L	12.15	57.64	27	51.97	1.23	52.38	5.81	57.61	219.6	Baik
16	Aidil Riski Pratama	L	12.19	57.22	15	39.51	1.13	50.97	6.01	55.41	203.11	Sedang
17	Amalfi Zahra Putri A.	P	13.34	45.21	12	36.4	1.57	57.21	6.65	48.38	187.2	Sedang
18	Amanda Putri Az Zahra	P	12.8	50.85	17	41.59	0.44	41.18	6.27	52.55	186.17	Kurang
19	Anida Syifa Althafunisa	P	13.62	42.28	28	53	1.25	52.67	6.72	47.61	195.56	Sedang
20	Arisfaqun Putra R.	L	12.09	58.27	15	39.51	1.06	49.97	6.16	53.76	201.51	Sedang
21	Astrid Yunita Asyani	P	13.48	43.75	5	29.14	2.27	67.14	6.12	54.2	194.23	Sedang
22	Ayla Sasmita Widiarto	P	13.11	47.61	32	57.16	2.22	66.43	5.98	55.74	226.94	Baik
23	Brian Alden Mahardika	L	12.66	52.31	26	50.93	0.48	41.74	6.09	54.53	199.51	Sedang
24	Chelsea Aprilia	P	13.46	43.96	32	57.16	0.24	38.34	7.06	43.87	183.33	Kurang
25	Dhiha Ismu Widad	P	12.12	57.96	14	38.48	2.37	68.56	6.18	53.54	218.54	Baik
26	Hasbi Asshidy	L	11.95	59.73	38	63.38	1.07	50.11	5.89	56.73	229.95	Baik
27	Hasna Ari Zulaikhah	P	13.46	43.96	20	44.7	0.41	40.75	7.56	38.38	167.79	Kurang
28	Indiana Bima Angkasa	P	12.45	54.51	36	61.31	1.11	50.68	6.19	53.43	219.93	Baik
29	Ja'far Rahmatulloh	L	12.76	51.27	22	46.78	1.58	57.35	6.78	46.95	202.35	Sedang
30	M. Ibrahim Abdul K.	L	13.19	46.78	30	55.08	0.52	42.31	6	55.52	199.69	Sedang
31	Nindya Fatimah M.	P	14.43	33.82	41	66.5	0.16	37.2	7.09	43.54	181.06	Kurang
32	Puput Puji Astuti	P	12.91	49.7	7	31.21	0.2	37.77	6.5	50.02	168.7	Kurang
33	Randi Satya Hitana	L	11.71	62.24	35	60.27	1.25	52.67	5.78	57.94	233.12	Baik

34	Rizky Eka Saputra	L	13.04	48.34	43	68.57	0.58	43.16	6.27	52.55	212.62	Sedang
35	Shanly Rasendra Yusuf	P	11.58	63.6	23	47.82	1.36	54.23	5.66	59.25	224.9	Baik
36	Sherly Rafelisa	P	13.39	44.69	20	44.7	1.33	53.8	6.87	45.96	189.15	Sedang
37	Syefira Ahza Amanda	P	13.88	39.57	10	34.32	0.31	39.33	6.84	46.29	159.51	Kurang
38	Tyas Sofia Ningrum	P	12.68	52.11	24	48.85	0.14	36.92	5.09	65.52	203.4	Sedang
39	M. Rofi' Abdurrohimi	L	11.38	65.69	44	69.61	1.48	55.93	5.59	60.02	251.25	Baik Sekali
40	Ufaira Azra Nafiz	P	13.68	41.66	15	39.51	1.15	51.25	6	55.52	187.94	Sedang
41	Abbiyu Pasha Muzaki	L	13.98	38.52	25	49.89	1.06	49.97	7.15	42.88	181.26	Kurang
42	Ajeng Widyaningrum	P	12.34	55.66	34	59.23	1.45	55.51	6.77	47.06	217.46	Baik
43	Azhari Lexa Noyudita	P	13.7	41.45	34	59.23	1.25	52.67	7.53	38.71	192.06	Sedang
44	Azizzah Annastasya	P	12.9	49.81	25	49.89	3.45	83.88	6.73	47.5	231.08	Baik
45	Azka Maulana Ibrahim	L	12.96	49.18	28	53	3.46	84.03	6.12	54.2	240.41	Baik
46	Candy Claudia V.	P	13.01	48.66	25	49.89	1.03	49.55	6.5	50.02	198.12	Sedang
47	Dita Juliani	P	13.35	45.1	20	44.7	0.48	41.74	6.7	47.83	179.37	Kurang
48	Fajar Nur Hidayat	L	11.09	68.72	37	62.34	1.32	53.66	5.23	63.98	248.7	Baik Sekali
49	Feparadiv Fitrayansyah	L	12.44	54.61	33	58.19	1.23	52.38	6.79	46.84	212.02	Sedang
50	Gilang Santriaji	L	12.46	54.4	42	67.53	1.01	49.26	5.59	60.02	231.21	Baik
51	Haikal Jibril	L	13.7	41.45	30	55.08	1.09	50.4	7.31	41.12	188.05	Sedang
52	Irkham Dzaki Mustaqim	L	12.37	55.34	36	61.31	0.52	42.31	6.03	55.19	214.15	Baik
53	M. Affan Nusya Putra	L	11.57	63.7	30	55.08	1.59	57.49	5.61	59.8	236.07	Baik

54	M. Hakim Hammam M.	L	12.15	57.64	33	58.19	1.18	51.68	7.23	42	209.51	Sedang
55	M. Rajendra Basunjaya	L	12.13	57.85	32	57.16	1.27	52.95	6.01	55.41	223.37	Baik
56	Nabila Maulani	P	12.48	54.19	29	54.04	2.19	66.01	5.98	55.74	229.98	Baik
57	Nadia Rufaida	P	13.77	40.72	22	46.78	0.41	40.75	6.48	50.24	178.49	Kurang
58	Nasywa Zahra Q.	P	11.96	59.63	22	46.78	1.37	54.37	7.71	36.73	197.51	Sedang
59	Saysarputri Nadin I.	P	11.72	62.14	5	29.14	1.56	57.07	5.69	58.93	207.28	Sedang
60	Shavina Najwa K	P	13.16	47.09	32	57.16	0.52	42.31	5.92	56.4	202.96	Sedang
61	She Cantika Meilani T.	P	13.02	48.55	30	55.08	0.53	42.45	6.36	51.56	197.64	Sedang
62	Yaumi Naharani	P	12.48	54.19	34	59.23	0.49	41.88	6.34	51.78	207.08	Sedang
63	Yoga Lesmana Saputra	L	12.39	55.14	18	42.63	1.17	51.53	6.01	55.41	204.71	Sedang
64	Zidan Hadi Saputra	L	12.71	51.79	30	55.08	0.48	41.74	6.01	55.41	204.02	Sedang
65	Nabilah Ayu Rahmah	P	18.11	-4.63	9	33.29	0.2	37.77	11.91	-9.42	57.01	Kurang Sekali
66	Alayka Bilqis Anggaristi	P	13.3	45.63	28	53	1.58	57.35	5.94	56.18	212.16	Sedang
67	Izzanti Nadia Mirza	P	12.43	54.72	27	51.97	1.52	56.5	6.29	52.33	215.52	Baik

C. Data T-score dan Kategori Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Karangkajen 4 Yogyakarta

NO	Shuttle Run 4x10 m	T-score	Lempar Tangkap Bola Tennis	T-score	Stork Stand Positional Balance	T-score	Lari 30 m	T-score	Total T-score	Kategori
1	12.67	55.1	22	49.73	1	53.56	6.17	55.17	213.56	Sedang
2	12.66	55.17	24	51.49	0.05	38.77	6.19	54.95	200.38	Sedang

3	11.84	60.81	30	56.76	0.49	45.62	5.81	59.23	222.42	Baik
4	13.2	51.45	21	48.85	0.3	42.66	6.27	54.05	197.01	Sedang
5	11.94	60.12	46	70.83	0.55	46.55	5.84	58.89	236.39	Baik
6	13.31	50.69	33	59.4	0.36	43.6	6.26	54.16	207.85	Sedang
7	10.83	67.77	32	58.52	0.2	41.11	5.68	60.7	228.1	Baik
8	12.05	59.37	37	62.92	0.14	40.17	5.84	58.89	221.35	Baik
9	11.8	61.09	50	74.34	1.07	54.65	6.09	56.08	246.16	Baik Sekali
10	12.21	58.27	25	52.36	0.44	44.84	6.25	54.27	209.74	Sedang
11	13.43	49.87	23	50.61	0.19	40.95	6.6	50.33	191.76	Sedang
12	13.18	51.59	30	56.76	1.25	57.45	6.43	52.24	218.04	Baik
13	13.33	50.55	4	33.9	1.36	59.16	6.8	48.07	191.68	Sedang
14	13.49	49.45	20	47.97	0.42	44.53	6	57.09	199.04	Sedang
15	14.08	45.39	0	30.38	1.13	55.58	7.2	43.56	174.91	Kurang
16	15.05	38.71	1	31.26	0.4	44.22	7.97	34.88	149.07	Kurang Sekali
17	13.59	48.76	20	47.97	0.38	43.91	6.47	51.79	192.43	Sedang
18	12.05	59.37	42	67.31	0.4	44.22	5.8	59.34	230.24	Baik
19	13.17	51.66	19	47.09	0.35	43.44	6.72	48.97	191.16	Sedang
20	13.34	50.48	25	52.36	0.41	44.38	6.7	49.2	196.42	Sedang
21	13.36	50.35	16	44.45	0.36	43.6	6.59	50.44	188.84	Sedang
22	11.94	60.12	52	76.1	0.46	45.15	5.76	59.8	241.17	Baik
23	13.57	48.9	19	47.09	0.1	39.55	6.88	47.17	182.71	Kurang
24	13.66	48.28	16	44.45	0.23	41.57	6.88	47.17	181.47	Kurang
25	13.56	48.97	26	53.24	1.26	57.6	6.51	51.34	211.15	Sedang
26	13.58	48.83	36	62.04	0.18	40.8	7.29	42.55	194.22	Sedang
27	13.2	51.45	16	44.45	1.22	56.98	6.89	47.06	199.94	Sedang

28	14.37	43.39	6	35.66	0.52	46.09	7.51	40.07	165.21	Kurang
29	14.22	44.43	5	34.78	0.11	39.71	6.75	48.64	167.56	Kurang
30	15.77	33.75	26	53.24	0.23	41.57	8.32	30.94	159.5	Kurang
31	14.2	44.56	3	33.02	1.54	61.96	7.82	36.57	176.11	Kurang
32	12.81	54.13	26	53.24	2.03	69.58	6.62	50.1	227.05	Baik
33	12.09	59.09	42	67.31	1.14	55.73	5.86	58.67	240.8	Baik
34	12.9	53.51	25	52.36	1.02	53.87	6.02	56.86	216.6	Baik
35	13.94	46.35	27	54.12	0.44	44.84	7.12	44.47	189.78	Sedang
36	14.13	45.05	25	52.36	0.35	43.44	7.08	44.92	185.77	Sedang
37	13.29	50.83	9	38.3	0.12	39.86	7.41	41.2	170.19	Kurang
38	12.98	52.96	28	55	0.31	42.82	7.73	37.59	188.37	Sedang
39	12.48	56.41	19	47.09	0.24	41.73	6.91	46.83	192.06	Sedang
40	13.86	46.9	0	30.38	0.04	38.62	7.84	36.35	152.25	Kurang Sekali
41	12.7	54.89	24	51.49	0.38	43.91	5.9	58.22	208.51	Sedang
42	12.32	57.51	26	53.24	0.44	44.84	6.02	56.86	212.45	Sedang
43	13.52	49.25	17	45.33	0.2	41.11	5.79	59.46	195.15	Sedang
44	13.55	49.04	32	58.52	0.32	42.98	5.75	59.91	210.45	Sedang
45	14.23	44.36	20	47.97	0.39	44.06	6.57	50.66	187.05	Sedang
46	14.17	44.77	10	39.18	0.27	42.2	6.85	47.51	173.66	Kurang
47	15.24	37.4	10	39.18	0.53	46.24	6.93	46.61	169.43	Kurang
48	24.18	-24.16	0	30.38	0.05	38.77	10.82	2.76	47.75	Kurang Sekali
49	13	52.83	37	62.92	0.05	38.77	6.18	55.06	209.58	Sedang
50	13.65	48.35	35	61.16	0.09	39.4	6.17	55.17	204.08	Sedang
51	15.76	33.82	0	30.38	0.2	41.11	7.37	41.65	146.96	Kurang Sekali
52	14.56	42.08	24	51.49	0.3	42.66	6.88	47.17	183.4	Kurang

53	16.54	28.45	8	37.42	0.24	41.73	8.55	28.35	135.95	Kurang Sekali
54	13.65	48.35	20	47.97	1.25	57.45	6.59	50.44	204.21	Sedang
55	14	45.94	15	43.57	0.56	46.71	6.26	54.16	190.38	Sedang
56	13.56	48.97	10	39.18	0.13	40.02	5.88	58.44	186.61	Sedang
57	15.77	33.75	9	38.3	0.46	45.15	7.6	39.05	156.25	Kurang
58	15	39.05	9	38.3	0.31	42.82	6.95	46.38	166.55	Kurang
59	14.32	43.74	11	40.06	0.14	40.17	6.06	56.41	180.38	Kurang
60	15	39.05	21	48.85	0.42	44.53	6.53	51.12	183.55	Kurang
61	15	39.05	14	42.69	0.09	39.4	7.86	36.12	157.26	Kurang
62	15.78	33.68	15	43.57	0.34	43.29	7.45	40.75	161.29	Kurang
63	15.24	37.4	4	33.9	0.24	41.73	8.62	27.56	140.59	Kurang Sekali
64	16.76	26.94	15	43.57	0.21	41.26	6.98	46.04	157.81	Kurang
65	13.56	48.97	15	43.57	0.05	38.77	6.73	48.86	180.17	Kurang
66	13.96	46.22	25	52.36	1.28	57.91	6.42	52.36	208.85	Sedang
67	13	52.83	25	52.36	1.09	54.96	6	57.09	217.24	Baik
68	14.45	42.84	34	60.28	1.43	60.25	5.8	59.34	222.71	Baik
69	13.68	48.14	9	38.3	1.18	56.36	5.95	57.65	200.45	Sedang
70	14.1	45.25	9	38.3	0.28	42.35	6.08	56.19	182.09	Kurang
71	14	45.94	28	55	0.13	40.02	6.5	51.45	192.41	Sedang
72	15.76	33.82	6	35.66	1.38	59.47	7.77	37.14	166.09	Kurang
73	13.64	48.42	24	51.49	0.57	46.87	6.53	51.12	197.9	Sedang
74	14.15	44.91	12	40.94	0.04	38.62	7.9	35.67	160.14	Kurang
75	14.2	44.56	10	39.18	0.05	38.77	6.87	47.28	169.79	Kurang
76	15	39.05	1	31.26	0.47	45.31	7.23	43.23	158.85	Kurang
77	13	52.83	10	39.18	1.06	54.49	6.53	51.12	197.62	Sedang

78	14.32	43.74	33	59.4	1.3	58.22	5.8	59.34	220.7	Baik
79	13.21	51.38	35	61.16	1.56	62.27	6.59	50.44	225.25	Baik
80	14.18	44.7	21	48.85	0.33	43.13	7.1	44.69	181.37	Kurang
81	12.79	54.27	13	41.81	1.55	62.11	8.34	30.71	188.9	Sedang
82	12.54	55.99	32	58.52	1.06	54.49	6.35	53.14	222.14	Baik
83	12.81	54.13	20	47.97	0.18	40.8	6.26	54.16	197.06	Sedang
84	13.85	46.97	16	44.45	0.3	42.66	7.47	40.52	174.6	Kurang
85	12.59	55.65	11	40.06	1.24	57.29	6.37	52.92	205.92	Sedang
86	13.08	52.28	23	50.61	0.38	43.91	6.57	50.66	197.46	Sedang
87	13.08	52.28	12	40.94	0.35	43.44	6.8	48.07	184.73	Kurang
88	13.04	52.55	24	51.49	0.22	41.42	7.28	42.66	188.12	Sedang
89	12.53	56.06	32	58.52	0.28	42.35	6.69	49.31	206.24	Sedang
90	11.88	60.54	14	42.69	1.11	55.27	5.89	58.33	216.83	Baik
91	12.99	52.89	32	58.52	1.26	57.6	6.04	56.64	225.65	Baik
92	13.3	50.76	16	44.45	1.01	53.71	6.8	48.07	196.99	Sedang
93	12.15	58.68	27	54.12	1.23	57.14	5.81	59.23	229.17	Baik
94	12.19	58.4	15	43.57	1.13	55.58	6.01	56.98	214.53	Sedang
95	13.34	50.48	12	40.94	1.57	62.43	6.65	49.76	203.61	Sedang
96	12.8	54.2	17	45.33	0.44	44.84	6.27	54.05	198.42	Sedang
97	13.62	48.56	28	55	1.25	57.45	6.72	48.97	209.98	Sedang
98	12.09	59.09	15	43.57	1.06	54.49	6.16	55.29	212.44	Sedang
99	13.48	49.52	5	34.78	2.27	73.32	6.12	55.74	213.36	Sedang
100	13.11	52.07	32	58.52	2.22	72.54	5.98	57.32	240.45	Baik
101	12.66	55.17	26	53.24	0.48	45.46	6.09	56.08	209.95	Sedang
102	13.46	49.66	32	58.52	0.24	41.73	7.06	45.14	195.05	Sedang

103	12.12	58.89	14	42.69	2.37	74.87	6.18	55.06	231.51	Baik
104	11.95	60.06	38	63.79	1.07	54.65	5.89	58.33	236.83	Baik
105	13.46	49.66	20	47.97	0.41	44.38	7.56	39.51	181.52	Kurang
106	12.45	56.61	36	62.04	1.11	55.27	6.19	54.95	228.87	Baik
107	12.76	54.48	22	49.73	1.58	62.58	6.78	48.3	215.09	Baik
108	13.19	51.52	30	56.76	0.52	46.09	6	57.09	211.46	Sedang
109	14.43	42.98	41	66.43	0.16	40.49	7.09	44.8	194.7	Sedang
110	12.91	53.45	7	36.54	0.2	41.11	6.5	51.45	182.55	Kurang
111	11.71	61.71	35	61.16	1.25	57.45	5.78	59.57	239.89	Baik
112	13.04	52.55	43	68.19	0.58	47.02	6.27	54.05	221.81	Baik
113	11.58	62.6	23	50.61	1.36	59.16	5.66	60.92	233.29	Baik
114	13.39	50.14	20	47.97	1.33	58.69	6.87	47.28	204.08	Sedang
115	13.88	46.77	10	39.18	0.31	42.82	6.84	47.62	176.39	Kurang
116	12.68	55.03	24	51.49	0.14	40.17	5.09	67.35	214.04	Sedang
117	11.38	63.98	44	69.07	1.48	61.03	5.59	61.71	255.79	Baik Sekali
118	13.68	48.14	15	43.57	1.15	55.89	6	57.09	204.69	Sedang
119	13.98	46.08	25	52.36	1.06	54.49	7.15	44.13	197.06	Sedang
120	12.34	57.37	34	60.28	1.45	60.56	6.77	48.41	226.62	Baik
121	13.7	48.01	34	60.28	1.25	57.45	7.53	39.84	205.58	Sedang
122	12.9	53.51	25	52.36	3.45	91.68	6.73	48.86	246.41	Baik Sekali
123	12.96	53.1	28	55	3.46	91.84	6.12	55.74	255.68	Baik Sekali
124	13.01	52.76	25	52.36	1.03	54.02	6.5	51.45	210.59	Sedang
125	13.35	50.42	20	47.97	0.48	45.46	6.7	49.2	193.05	Sedang
126	11.09	65.98	37	62.92	1.32	58.54	5.23	65.77	253.21	Baik Sekali
127	12.44	56.68	33	59.4	1.23	57.14	6.79	48.18	221.4	Baik

128	12.46	56.54	42	67.31	1.01	53.71	5.59	61.71	239.27	Baik
129	13.7	48.01	30	56.76	1.09	54.96	7.31	42.32	202.05	Sedang
130	12.37	57.16	36	62.04	0.52	46.09	6.03	56.75	222.04	Baik
131	11.57	62.67	30	56.76	1.59	62.74	5.61	61.49	243.66	Baik
132	12.15	58.68	33	59.4	1.18	56.36	7.23	43.23	217.67	Baik
133	12.13	58.82	32	58.52	1.27	57.76	6.01	56.98	232.08	Baik
134	12.48	56.41	29	55.88	2.19	72.07	5.98	57.32	241.68	Baik
135	13.77	47.52	22	49.73	0.41	44.38	6.48	51.68	193.31	Sedang
136	11.96	59.99	22	49.73	1.37	59.31	7.71	37.81	206.84	Sedang
137	11.72	61.64	5	34.78	1.56	62.27	5.69	60.58	219.27	Baik
138	13.16	51.72	32	58.52	0.52	46.09	5.92	57.99	214.32	Sedang
139	13.02	52.69	30	56.76	0.53	46.24	6.36	53.03	208.72	Sedang
140	12.48	56.41	34	60.28	0.49	45.62	6.34	53.26	215.57	Baik
141	12.39	57.03	18	46.21	1.17	56.2	6.01	56.98	216.42	Baik
142	12.71	54.82	30	56.76	0.48	45.46	6.01	56.98	214.02	Sedang
143	18.11	17.64	9	38.3	0.2	41.11	11.91	-9.53	87.52	Kurang Sekali
144	13.3	50.76	28	55	1.58	62.58	5.94	57.77	226.11	Baik
145	12.43	56.75	27	54.12	1.52	61.65	6.29	53.82	226.34	Baik

D. Data Kasar Kelas IV

FREQUENCIES VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004
 /STATISTICS=STDDEV VARIANCE RANGE MINIMUM MAXIMUM MEAN
 MEDIAN MODE SUM/ORDER=ANALYSIS.

Frequencies

Statistics					
		Tes Shuttle Run 4x10 meter	Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter ke tembok	Tes Stork Stand Positional Blanace	Tes Lari Cepat 30 meter
N	Valid	78	78	78	78
	Missing	0	0	0	0
	Mean	13.8647	19.9103	.5219	6.7378
	Median	13.6150	20.0000	.3700	6.5900
	Std. Deviation	1.64522	12.23598	.45835	.85790
	Minimum	10.83	.00	.04	5.68
	Maximum	24.18	52.00	2.03	10.82
	Sum	1081.45	1553.00	40.71	525.55

Frequencies Table

Tes Shuttle Run 4x10 meter					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10.83	1	1.3	1.3	1.3
	11.80	1	1.3	1.3	2.6
	11.84	1	1.3	1.3	3.8
	11.94	2	2.6	2.6	6.4
	12.05	2	2.6	2.6	9.0
	12.09	1	1.3	1.3	10.3
	12.21	1	1.3	1.3	11.5
	12.32	1	1.3	1.3	12.8
	12.48	1	1.3	1.3	14.1
	12.66	1	1.3	1.3	15.4
	12.67	1	1.3	1.3	16.7

12.70	1	1.3	1.3	17.9
12.81	1	1.3	1.3	19.2
12.90	1	1.3	1.3	20.5
12.98	1	1.3	1.3	21.8
13.00	3	3.8	3.8	25.6
13.17	1	1.3	1.3	26.9
13.18	1	1.3	1.3	28.2
13.20	2	2.6	2.6	30.8
13.29	1	1.3	1.3	32.1
13.31	1	1.3	1.3	33.3
13.33	1	1.3	1.3	34.6
13.34	1	1.3	1.3	35.9
13.36	1	1.3	1.3	37.2
13.43	1	1.3	1.3	38.5
13.49	1	1.3	1.3	39.7
13.52	1	1.3	1.3	41.0
13.55	1	1.3	1.3	42.3
13.56	3	3.8	3.8	46.2
13.57	1	1.3	1.3	47.4
13.58	1	1.3	1.3	48.7
13.59	1	1.3	1.3	50.0
13.64	1	1.3	1.3	51.3
13.65	2	2.6	2.6	53.8
13.66	1	1.3	1.3	55.1
13.68	1	1.3	1.3	56.4
13.86	1	1.3	1.3	57.7
13.94	1	1.3	1.3	59.0
13.96	1	1.3	1.3	60.3
14.00	2	2.6	2.6	62.8
14.08	1	1.3	1.3	64.1
14.10	1	1.3	1.3	65.4
14.13	1	1.3	1.3	66.7
14.15	1	1.3	1.3	67.9
14.17	1	1.3	1.3	69.2
14.20	2	2.6	2.6	71.8
14.22	1	1.3	1.3	73.1

14.23	1	1.3	1.3	74.4
14.32	2	2.6	2.6	76.9
14.37	1	1.3	1.3	78.2
14.45	1	1.3	1.3	79.5
14.56	1	1.3	1.3	80.8
15.00	4	5.1	5.1	85.9
15.05	1	1.3	1.3	87.2
15.24	2	2.6	2.6	89.7
15.76	2	2.6	2.6	92.3
15.77	2	2.6	2.6	94.9
15.78	1	1.3	1.3	96.2
16.54	1	1.3	1.3	97.4
16.76	1	1.3	1.3	98.7
24.18	1	1.3	1.3	100.0
Total	78	100.0	100.0	

Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter ke tembok

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.00	4	5.1	5.1	5.1
	1.00	2	2.6	2.6	7.7
	3.00	1	1.3	1.3	9.0
	4.00	2	2.6	2.6	11.5
	5.00	1	1.3	1.3	12.8
	6.00	2	2.6	2.6	15.4
	8.00	1	1.3	1.3	16.7
	9.00	5	6.4	6.4	23.1
	10.00	5	6.4	6.4	29.5
	11.00	1	1.3	1.3	30.8
	12.00	1	1.3	1.3	32.1
	14.00	1	1.3	1.3	33.3
	15.00	4	5.1	5.1	38.5
	16.00	3	3.8	3.8	42.3
	17.00	1	1.3	1.3	43.6
	19.00	3	3.8	3.8	47.4
	20.00	4	5.1	5.1	52.6

21.00	2	2.6	2.6	55.1
22.00	1	1.3	1.3	56.4
23.00	1	1.3	1.3	57.7
24.00	4	5.1	5.1	62.8
25.00	6	7.7	7.7	70.5
26.00	4	5.1	5.1	75.6
27.00	1	1.3	1.3	76.9
28.00	2	2.6	2.6	79.5
30.00	2	2.6	2.6	82.1
32.00	2	2.6	2.6	84.6
33.00	2	2.6	2.6	87.2
34.00	1	1.3	1.3	88.5
35.00	1	1.3	1.3	89.7
36.00	1	1.3	1.3	91.0
37.00	2	2.6	2.6	93.6
42.00	2	2.6	2.6	96.2
46.00	1	1.3	1.3	97.4
50.00	1	1.3	1.3	98.7
52.00	1	1.3	1.3	100.0
Total	78	100.0	100.0	

Tes Stork Stand Positional Blanace

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.04	2	2.6	2.6	2.6
	.05	5	6.4	6.4	9.0
	.09	2	2.6	2.6	11.5
	.10	1	1.3	1.3	12.8
	.11	1	1.3	1.3	14.1
	.12	1	1.3	1.3	15.4
	.13	2	2.6	2.6	17.9
	.14	2	2.6	2.6	20.5
	.18	1	1.3	1.3	21.8
	.19	1	1.3	1.3	23.1
	.20	3	3.8	3.8	26.9
	.21	1	1.3	1.3	28.2

.23	2	2.6	2.6	30.8
.24	3	3.8	3.8	34.6
.27	1	1.3	1.3	35.9
.28	1	1.3	1.3	37.2
.30	2	2.6	2.6	39.7
.31	2	2.6	2.6	42.3
.32	1	1.3	1.3	43.6
.34	1	1.3	1.3	44.9
.35	2	2.6	2.6	47.4
.36	2	2.6	2.6	50.0
.38	2	2.6	2.6	52.6
.39	1	1.3	1.3	53.8
.40	2	2.6	2.6	56.4
.41	1	1.3	1.3	57.7
.42	2	2.6	2.6	60.3
.44	3	3.8	3.8	64.1
.46	2	2.6	2.6	66.7
.47	1	1.3	1.3	67.9
.49	1	1.3	1.3	69.2
.52	1	1.3	1.3	70.5
.53	1	1.3	1.3	71.8
.55	1	1.3	1.3	73.1
.56	1	1.3	1.3	74.4
.57	1	1.3	1.3	75.6
1.00	1	1.3	1.3	76.9
1.02	1	1.3	1.3	78.2
1.06	1	1.3	1.3	79.5
1.07	1	1.3	1.3	80.8
1.09	1	1.3	1.3	82.1
1.13	1	1.3	1.3	83.3
1.14	1	1.3	1.3	84.6
1.18	1	1.3	1.3	85.9
1.22	1	1.3	1.3	87.2
1.25	2	2.6	2.6	89.7
1.26	1	1.3	1.3	91.0
1.28	1	1.3	1.3	92.3

1.30	1	1.3	1.3	93.6
1.36	1	1.3	1.3	94.9
1.38	1	1.3	1.3	96.2
1.43	1	1.3	1.3	97.4
1.54	1	1.3	1.3	98.7
2.03	1	1.3	1.3	100.0
Total	78	100.0	100.0	

Tes Lari Cepat 30 meter

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 5.68	1	1.3	1.3	1.3
5.75	1	1.3	1.3	2.6
5.76	1	1.3	1.3	3.8
5.79	1	1.3	1.3	5.1
5.80	3	3.8	3.8	9.0
5.81	1	1.3	1.3	10.3
5.84	2	2.6	2.6	12.8
5.86	1	1.3	1.3	14.1
5.88	1	1.3	1.3	15.4
5.90	1	1.3	1.3	16.7
5.95	1	1.3	1.3	17.9
6.00	2	2.6	2.6	20.5
6.02	2	2.6	2.6	23.1
6.06	1	1.3	1.3	24.4
6.08	1	1.3	1.3	25.6
6.09	1	1.3	1.3	26.9
6.17	2	2.6	2.6	29.5
6.18	1	1.3	1.3	30.8
6.19	1	1.3	1.3	32.1
6.25	1	1.3	1.3	33.3
6.26	2	2.6	2.6	35.9
6.27	1	1.3	1.3	37.2
6.42	1	1.3	1.3	38.5
6.43	1	1.3	1.3	39.7
6.47	1	1.3	1.3	41.0

6.50	1	1.3	1.3	42.3
6.51	1	1.3	1.3	43.6
6.53	3	3.8	3.8	47.4
6.57	1	1.3	1.3	48.7
6.59	2	2.6	2.6	51.3
6.60	1	1.3	1.3	52.6
6.62	1	1.3	1.3	53.8
6.70	1	1.3	1.3	55.1
6.72	1	1.3	1.3	56.4
6.73	1	1.3	1.3	57.7
6.75	1	1.3	1.3	59.0
6.80	1	1.3	1.3	60.3
6.85	1	1.3	1.3	61.5
6.87	1	1.3	1.3	62.8
6.88	3	3.8	3.8	66.7
6.89	1	1.3	1.3	67.9
6.91	1	1.3	1.3	69.2
6.93	1	1.3	1.3	70.5
6.95	1	1.3	1.3	71.8
6.98	1	1.3	1.3	73.1
7.08	1	1.3	1.3	74.4
7.12	1	1.3	1.3	75.6
7.20	1	1.3	1.3	76.9
7.23	1	1.3	1.3	78.2
7.29	1	1.3	1.3	79.5
7.37	1	1.3	1.3	80.8
7.41	1	1.3	1.3	82.1
7.45	1	1.3	1.3	83.3
7.51	1	1.3	1.3	84.6
7.60	1	1.3	1.3	85.9
7.73	1	1.3	1.3	87.2
7.77	1	1.3	1.3	88.5
7.82	1	1.3	1.3	89.7
7.84	1	1.3	1.3	91.0
7.86	1	1.3	1.3	92.3
7.90	1	1.3	1.3	93.6

7.97	1	1.3	1.3	94.9
8.32	1	1.3	1.3	96.2
8.55	1	1.3	1.3	97.4
8.62	1	1.3	1.3	98.7
10.82	1	1.3	1.3	100.0
Total	78	100.0	100.0	

E. Data Kasar Kelas V

FREQUENCIES VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004
 /STATISTICS=STDDEV VARIANCE RANGE MINIMUM MAXIMUM MEAN
 MEDIAN MODE SUM/ORDER=ANALYSIS.

Frequencies

		Statistics			
		Tes Shuttle Run 4x10 meter	Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter ke tembok	Tes Stork Stand Positional Blanace	Tes Lari Cepat 30 meter
N	Valid	67	67	67	67
	Missing	0	0	0	0
Mean		12.8815	25.1045	1.2718	6.5022
Median		12.8100	26.0000	1.1100	6.3400
Std. Deviation		.95709	9.63600	1.74440	.91006
Minimum		11.09	5.00	.16	5.09
Maximum		18.11	44.00	14.17	11.91
Sum		863.06	1682.00	85.21	435.65

Frequencies Table

		Tes Shuttle Run 4x10 meter			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11.09	1	1.5	1.5	1.5
	11.38	1	1.5	1.5	3.0
	11.57	1	1.5	1.5	4.5

11.58	1	1.5	1.5	6.0
11.71	1	1.5	1.5	7.5
11.72	1	1.5	1.5	9.0
11.88	1	1.5	1.5	10.4
11.95	1	1.5	1.5	11.9
11.96	1	1.5	1.5	13.4
12.09	1	1.5	1.5	14.9
12.12	1	1.5	1.5	16.4
12.13	1	1.5	1.5	17.9
12.15	2	3.0	3.0	20.9
12.19	1	1.5	1.5	22.4
12.34	1	1.5	1.5	23.9
12.37	1	1.5	1.5	25.4
12.39	1	1.5	1.5	26.9
12.43	1	1.5	1.5	28.4
12.44	1	1.5	1.5	29.9
12.45	1	1.5	1.5	31.3
12.46	1	1.5	1.5	32.8
12.48	2	3.0	3.0	35.8
12.53	1	1.5	1.5	37.3
12.54	1	1.5	1.5	38.8
12.59	1	1.5	1.5	40.3
12.66	1	1.5	1.5	41.8
12.68	1	1.5	1.5	43.3
12.71	1	1.5	1.5	44.8
12.76	1	1.5	1.5	46.3
12.79	1	1.5	1.5	47.8
12.80	1	1.5	1.5	49.3
12.81	1	1.5	1.5	50.7
12.90	1	1.5	1.5	52.2
12.91	1	1.5	1.5	53.7
12.96	1	1.5	1.5	55.2
12.99	1	1.5	1.5	56.7
13.01	1	1.5	1.5	58.2
13.02	1	1.5	1.5	59.7
13.04	2	3.0	3.0	62.7

13.08	2	3.0	3.0	65.7
13.11	1	1.5	1.5	67.2
13.16	1	1.5	1.5	68.7
13.19	1	1.5	1.5	70.1
13.21	1	1.5	1.5	71.6
13.30	2	3.0	3.0	74.6
13.34	1	1.5	1.5	76.1
13.35	1	1.5	1.5	77.6
13.39	1	1.5	1.5	79.1
13.46	2	3.0	3.0	82.1
13.48	1	1.5	1.5	83.6
13.62	1	1.5	1.5	85.1
13.68	1	1.5	1.5	86.6
13.70	2	3.0	3.0	89.6
13.77	1	1.5	1.5	91.0
13.85	1	1.5	1.5	92.5
13.88	1	1.5	1.5	94.0
13.98	1	1.5	1.5	95.5
14.18	1	1.5	1.5	97.0
14.43	1	1.5	1.5	98.5
18.11	1	1.5	1.5	100.0
Total	67	100.0	100.0	

Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter ke tembok

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5.00	2	3.0	3.0	3.0
	7.00	1	1.5	1.5	4.5
	9.00	1	1.5	1.5	6.0
	10.00	1	1.5	1.5	7.5
	11.00	1	1.5	1.5	9.0
	12.00	2	3.0	3.0	11.9
	13.00	1	1.5	1.5	13.4
	14.00	2	3.0	3.0	16.4
	15.00	3	4.5	4.5	20.9
	16.00	2	3.0	3.0	23.9

17.00	1	1.5	1.5	25.4
18.00	1	1.5	1.5	26.9
20.00	4	6.0	6.0	32.8
21.00	1	1.5	1.5	34.3
22.00	3	4.5	4.5	38.8
23.00	2	3.0	3.0	41.8
24.00	2	3.0	3.0	44.8
25.00	3	4.5	4.5	49.3
26.00	1	1.5	1.5	50.7
27.00	2	3.0	3.0	53.7
28.00	3	4.5	4.5	58.2
29.00	1	1.5	1.5	59.7
30.00	5	7.5	7.5	67.2
32.00	7	10.4	10.4	77.6
33.00	2	3.0	3.0	80.6
34.00	3	4.5	4.5	85.1
35.00	2	3.0	3.0	88.1
36.00	2	3.0	3.0	91.0
37.00	1	1.5	1.5	92.5
38.00	1	1.5	1.5	94.0
41.00	1	1.5	1.5	95.5
42.00	1	1.5	1.5	97.0
43.00	1	1.5	1.5	98.5
44.00	1	1.5	1.5	100.0
Total	67	100.0	100.0	

Tes Stork Stand Positional Blance

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	.16	1	1.5	1.5	1.5
	.18	1	1.5	1.5	3.0
	.20	2	3.0	3.0	6.0
	.22	1	1.5	1.5	7.5
	.24	1	1.5	1.5	9.0
	.28	1	1.5	1.5	10.4
	.30	1	1.5	1.5	11.9

.31	1	1.5	1.5	13.4
.33	1	1.5	1.5	14.9
.35	1	1.5	1.5	16.4
.38	1	1.5	1.5	17.9
.41	2	3.0	3.0	20.9
.44	1	1.5	1.5	22.4
.48	3	4.5	4.5	26.9
.49	1	1.5	1.5	28.4
.52	3	4.5	4.5	32.8
.53	1	1.5	1.5	34.3
.58	1	1.5	1.5	35.8
1.01	2	3.0	3.0	38.8
1.03	1	1.5	1.5	40.3
1.06	3	4.5	4.5	44.8
1.07	1	1.5	1.5	46.3
1.09	1	1.5	1.5	47.8
1.11	2	3.0	3.0	50.7
1.13	1	1.5	1.5	52.2
1.15	1	1.5	1.5	53.7
1.17	1	1.5	1.5	55.2
1.18	1	1.5	1.5	56.7
1.23	2	3.0	3.0	59.7
1.24	1	1.5	1.5	61.2
1.25	3	4.5	4.5	65.7
1.26	1	1.5	1.5	67.2
1.27	1	1.5	1.5	68.7
1.32	1	1.5	1.5	70.1
1.33	1	1.5	1.5	71.6
1.36	1	1.5	1.5	73.1
1.37	1	1.5	1.5	74.6
1.45	1	1.5	1.5	76.1
1.48	1	1.5	1.5	77.6
1.52	1	1.5	1.5	79.1
1.55	1	1.5	1.5	80.6
1.56	1	1.5	1.5	82.1
1.57	1	1.5	1.5	83.6

1.58	2	3.0	3.0	86.6
1.59	2	3.0	3.0	89.6
2.19	1	1.5	1.5	91.0
2.22	1	1.5	1.5	92.5
2.27	1	1.5	1.5	94.0
2.37	1	1.5	1.5	95.5
3.45	1	1.5	1.5	97.0
3.46	1	1.5	1.5	98.5
14.17	1	1.5	1.5	100.0
Total	67	100.0	100.0	

Tes Lari Cepat 30 meter

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 5.09	1	1.5	1.5	1.5
5.23	1	1.5	1.5	3.0
5.59	2	3.0	3.0	6.0
5.61	1	1.5	1.5	7.5
5.66	1	1.5	1.5	9.0
5.69	1	1.5	1.5	10.4
5.78	1	1.5	1.5	11.9
5.81	1	1.5	1.5	13.4
5.89	2	3.0	3.0	16.4
5.92	1	1.5	1.5	17.9
5.94	1	1.5	1.5	19.4
5.98	2	3.0	3.0	22.4
6.00	2	3.0	3.0	25.4
6.01	4	6.0	6.0	31.3
6.03	1	1.5	1.5	32.8
6.04	1	1.5	1.5	34.3
6.09	1	1.5	1.5	35.8
6.12	2	3.0	3.0	38.8
6.16	1	1.5	1.5	40.3
6.18	1	1.5	1.5	41.8
6.19	1	1.5	1.5	43.3
6.26	1	1.5	1.5	44.8

6.27	2	3.0	3.0	47.8
6.29	1	1.5	1.5	49.3
6.34	1	1.5	1.5	50.7
6.35	1	1.5	1.5	52.2
6.36	1	1.5	1.5	53.7
6.37	1	1.5	1.5	55.2
6.48	1	1.5	1.5	56.7
6.50	2	3.0	3.0	59.7
6.57	1	1.5	1.5	61.2
6.59	1	1.5	1.5	62.7
6.65	1	1.5	1.5	64.2
6.69	1	1.5	1.5	65.7
6.70	1	1.5	1.5	67.2
6.72	1	1.5	1.5	68.7
6.73	1	1.5	1.5	70.1
6.77	1	1.5	1.5	71.6
6.78	1	1.5	1.5	73.1
6.79	1	1.5	1.5	74.6
6.80	2	3.0	3.0	77.6
6.84	1	1.5	1.5	79.1
6.87	1	1.5	1.5	80.6
7.06	1	1.5	1.5	82.1
7.09	1	1.5	1.5	83.6
7.10	1	1.5	1.5	85.1
7.15	1	1.5	1.5	86.6
7.23	1	1.5	1.5	88.1
7.28	1	1.5	1.5	89.6
7.31	1	1.5	1.5	91.0
7.47	1	1.5	1.5	92.5
7.53	1	1.5	1.5	94.0
7.56	1	1.5	1.5	95.5
7.71	1	1.5	1.5	97.0
8.34	1	1.5	1.5	98.5
11.91	1	1.5	1.5	100.0
Total	67	100.0	100.0	

F. Norma Penilaian Kemampuan Motorik

FREQUENCIES VARIABLES=VAR00001/STATISTIC=STDDEV VARIAN CE
RANGE MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE SUM /ORDER=
ANALYSIS

Frequencies

Statistics

Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV

N	Valid	78
	Missing	0
Mean		205.2196
Median		207.6300
Std. Deviation		27.32215
Variance		746.500
Minimum		73.95
Maximum		255.39
Sum		16007.13

No	Kelas Interval	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X < M - 1,5 SD$	Kurang sekali

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 246.18$	Baik Sekali	4	5.13%
$218.88 \leq X < 246.18$	Baik	20	25.64%
$191.56 \leq X < 218.88$	Sedang	31	39.74%
$164.26 \leq X < 191.56$	Kurang	20	25.64%
$X \leq 164.26$	Kurang sekali	3	3.85%
Jumlah		78	100%

Frequencies

Statistics

Kemampuan Motorik Siswa Kelas V

N	Valid	67
	Missing	0
Mean		200.0001
Median		202.3500
Std. Deviation		27.62749
Variance		763.278
Minimum		57.01
Maximum		251.25
Sum		13400.01

No	Kelas Interval	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 \text{ SD}$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$	Baik
3	$M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
4	$M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$	Kurang
5	$X < M - 1,5 \text{ SD}$	Kurang sekali

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 241.445$	Baik Sekali	2	2.99%
$213.815 \leq X < 241.445$	Baik	17	25.37%
$186.185 \leq X < 213.815$	Sedang	30	44.78%
$158.555 \leq X < 186.185$	Kurang	17	25.37%
$X \leq 158.555$	Kurang sekali	1	1.49%
Jumlah		67	100%

Frequencies

Statistics

TOTAL kelas IV dan V

N	Valid	145
	Missing	0
Mean		199.9999
Median		203.6100
Std. Deviation		29.65178
Variance		879.228
Minimum		47.75
Maximum		255.79
Sum		28999.99

No	Kelas Interval	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X < M - 1,5 SD$	Kurang sekali

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 244.465$	Sangat baik	5	3.45%
$214.815 \leq X < 244.465$	Baik	39	26.90%
$185.165 \leq X < 214.816$	Sedang	64	44.14%
$155.515 \leq X < 185.165$	Kurang	30	20.69%
$X \leq 155.615$	Kurang sekali	7	4.83%
Jumlah		145	100%

Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Start lari cepat 30 meter



Gambar 2. Start tes *shuttle run* 4 x 10 meter



Gambar 3. Tes Lempar Tangkap Bola Tennis Jarak 1 meter



Gambar 4. Tes *Stork Stand Positional Balance*