

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS ATAS
DI SEKOLAH DASAR NEGERI GADINGAN WATES
TAHUN 2018/2019**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Mohamad Sabar Rinaldi
NIM. 15604221029

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS ATAS
DI SEKOLAH DASAR NEGERI GADINGAN WATES
TAHUN 2018/2019**

Disusun Oleh:

Mohamad Sabar Rinaldi
NIM 15604221029

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Maret 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Dr. Subagyo, M.Pd.
NIP. 19561107 198203 1 002

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Dr. Yudanto, M.Pd.
NIP. 19810702 20050 1 001

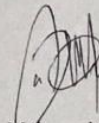
SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mohamad Sabar Rinaldi
NIM : 15604221029
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas
Judul TAS : Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates Tahun 2018/2019

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 mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, Febuari 2019
Yang Menyatakan,



Mohamad Sabar Rinaldi
NIM 15604221029

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS ATAS
DI SEKOLAH DASAR NEGERI GADINGAN WATES
TAHUN 2018/2019**


Disusun Oleh:

Mohamad Sabar Rinaldi
NIM. 15604221029

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program
Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta


Pada tanggal 15 Maret 2019

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Yudanto, M.Pd. Ketua Penguji/ Pembimbing		2/04 - 2019
Sujarwo, M.Or. Sekretaris		1/04 - 2019
Dr. Hari Yulianto, M.Kes. Penguji I		28/03 - 2019

Yogyakarta, April 2019
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,




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

MOTTO

1. Hidup untuk Sukses, Sukses untuk hidup (M. Sabar R)
2. Kebingungan adalah awal dari Pengetahuan (Khalil Gibran)
3. Barang siapa menempuh suatu jalan untuk mencari ilmu, maka allah memudahkannya mendapat jalan ke surga (HR. Muslim).

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karyaku ini untuk orang yang kusayangi:

1. Kedua orang tuaku, Bapak Agung Widyanto dan Ibu Retno Purwaningsih yang senantiasa mendoakanku, memberi dukungan, motivasi, kasih sayang, materi, dan segalanya yang tak pernah berhenti dicurahkan padaku. Untuk ibu dan bapak Maafkan anakmu ini yang belum bisa membahagianmu dan selalu membuatmu beban. Anakmu kini sebentar lagi mendapat gelar sarjana impian yang dari dulu ingin diraih
2. Untuk Kakakku tersayang, Dianing Prameswari dan Hanani Mustya, terima kasih banyak atas dorongan serta dukungan yang sangat berarti, sehingga selalu termotivasi untuk cepat menyelesaikan tugas akhir ini.

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS ATAS
DI SEKOLAH DASAR NEGERI GADINGAN WATES
TAHUN 2018/2019**

Oleh:

Mohamad Sabar Rinaldi

NIM. 15604221029

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian ini adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas atas Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates yang berjumlah 88 peserta didik yang diambil berdasarkan teknik *total sampling*, dengan rincian peserta didik putra berjumlah 43 dan peserta didik putri berjumlah 45 orang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan Tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi tes *Shuttle-run* 4 x 10 meter (kelincahan), tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok (koordinasi), tes *Stork Stand Positional Balance* (keseimbangan), tes lari cepat 30 meter (kecepatan), dengan validitas sebesar 0,930 dan reliabilitas sebesar 0,870. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,98% (3 peserta didik), “kurang” sebesar 30,23% (13 peserta didik), “cukup” sebesar 25,58% (11 peserta didik), “baik” sebesar 32,56% (14 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,65% (2 peserta didik). (2) Kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4,44% (2 peserta didik), “kurang” sebesar 20,00% (9 peserta didik), “cukup” sebesar 51,11% (23 peserta didik), “baik” sebesar 20,00% (9 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,44% (2 peserta didik).

Kata kunci: *kemampuan motorik, peserta didik kelas atas, Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates*

KATA PENGANTAR

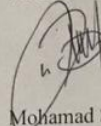
Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates Tahun 2018/2019” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Yudanto, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Dr. Guntur selaku Ketua Jurusan POR, Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Dr. Subagyo, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Cicilia Sriningsih M.Pd., Kepala Sekolah Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates, yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Para guru dan staf Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates, yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, Maret 2019
Penulis,



Mohamad Sabar Rinaldi
NIM 15604221029

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Hasil Penelitian	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	9
1. Hakikat Kemampuan Motorik	9
2. Karakteristik Peserta Didik Kelas Atas Sekolah Dasar.....	19
B. Penelitian yang Relevan.....	27
C. Kerangka Berpikir	31
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian	34
C. Populasi dan Subjek Penelitian	34
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	35
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	35
F. Teknik Analisis Data	38

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	41
1. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra	41
2. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri	49
B. Pembahasan	58
C. Keterbatasan Penelitian	60
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	62
B. Implikasi.....	62
C. Saran-saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN	67

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir	33
Gambar 2. Diagram Batang Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates	42
Gambar 3. Diagram Batang Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putra.....	44
Gambar 4. Diagram Batang Kelincahan Peserta Didik Putra	45
Gambar 5. Diagram Batang Koordinasi Peserta Didik Putra.....	47
Gambar 6. Diagram Batang Keseimbangan Peserta Didik Putra	49
Gambar 7. Diagram Batang Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates	50
Gambar 8. Diagram Batang Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putri	52
Gambar 9. Diagram Batang Kelincahan Peserta Didik Putri	54
Gambar 10. Diagram Batang Koordinasi Peserta Didik Putri	55
Gambar 11. Diagram Batang Keseimbangan Peserta Didik Putri.....	57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian	35
Tabel 2. Norma Penilaian	40
Tabel 3. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra	41
Tabel 4. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates	42
Tabel 5. Deskriptif Statistik Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putra	43
Tabel 6. Norma Penilaian Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putra	43
Tabel 7. Deskriptif Statistik Kelincahan Peserta Didik Putra.....	45
Tabel 8. Norma Penilaian Kelincahan Peserta Didik Putra.....	45
Tabel 9. Deskriptif Statistik Koordinasi Peserta Didik Putra	46
Tabel 10. Norma Penilaian Koordinasi Peserta Didik Putra	47
Tabel 11. Deskriptif Statistik Keseimbangan Peserta Didik Putra	48
Tabel 12. Norma Penilaian Keseimbangan Peserta Didik Putra.....	48
Tabel 13. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri.....	50
Tabel 14. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates	50
Tabel 15. Deskriptif Statistik Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putri.....	51
Tabel 16. Norma Penilaian Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putri.....	52
Tabel 17. Deskriptif Statistik Kelincahan Peserta Didik Putri	53
Tabel 18. Norma Penilaian Kelincahan Peserta Didik Putri.....	53
Tabel 19. Deskriptif Statistik Koordinasi Peserta Didik Putri.....	55
Tabel 20. Norma Penilaian Koordinasi Peserta Didik Putri	55

Tabel 21. Deskriptif Statistik Keseimbangan Peserta Didik Putri	56
Tabel 22. Norma Penilaian Keseimbangan Peserta Didik Putri	57
Tabel 23. Rangkuman Hasil Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates	58

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Pemibimbing Proposal TAS.....	68
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari Fakultas.....	69
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri Gadingan.....	70
Lampiran 4. Data Penelitian Keseluruhan	71
Lampiran 5. Deskriptif Statistik Berdasarkan T Skor	75
Lampiran 6. Deskriptif Statistik Peserta Didik Putra.....	78
Lampiran 7. Deskriptif Statistik Peserta Didik Putri.....	82
Lampiran 8. Data Peserta Didik Kelas Atas di SD Negeri Gadingan	86
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	89

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan yang bermutu dalam praktek proses pembelajaran harus dapat memenuhi seluruh kebutuhan peserta didik atau dengan kata lain proses pembelajaran berpusat pada peserta didik. Peserta didik harus merasa nyaman, senang dan tidak tertekan ketika terlibat dalam kegiatan belajar. Pembelajaran harus memberikan makna yang mendalam dan selalu diarahkan untuk tumbuh dan kembang peserta didik, menghargai lingkungan sehingga potensinya dapat berkembang secara optimal. Pendidikan yang bermutu secara fungsional menghantarkan setiap individu untuk mampu bertahan, berdaya saing, secara mandiri dalam kehidupan yang dinamis dan bergerak cepat penuh persaingan (Ardiyanto & Sukoco, 2014: 120).

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Esensi pendidikan jasmani adalah suatu proses belajar untuk bergerak (*learning to move*) dan belajar melalui gerak (*learning through movement*). Program pendidikan jasmani berusaha membantu peserta didik untuk menggunakan tubuhnya lebih efisien dalam melakukan berbagai keterampilan gerak dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari (Firmansyah, 2009: 32). Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu dan anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan

dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan pembentukan watak (Akhiryanto, 2008: 60).

Proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus mempertimbangkan keseluruhan kepribadian anak, sehingga pengukuran proses dan produk memiliki kedudukan yang sama penting. Melalui aktivitas pendidikan jasmani peserta didik dapat meningkatkan kesegaran jasmani, keterampilan motorik, serta nilai-nilai fungsional yang mencakup kognitif, afektif, dan sosial. Kemampuan mempelajari tugas gerak merupakan salah satu faktor mempengaruhi keberhasilan anak dalam proses pembelajaran gerak, terutama bila gerakan-gerakan yang akan dipelajari memiliki kompleksitas yang cukup tinggi. Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan anak didik dapat tumbuh dan berkembang sehat dan segar jasmaninya, serta perkembangan pribadinya secara harmoni. Kemampuan motorik merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik yang bukan gerak olahraga atau kematangan penampilan keterampilan gerak.

Penentuan bahan ajar dan metode pembelajaran akan tercapai bila para pendidik mengetahui kemampuan motorik anak didiknya. Tanpa mengetahui hal tersebut, maka para guru mengalami kerancuan dalam melakukan proses belajar mengajar. Akibatnya tujuan pendidikan sulit dicapai dan menimbulkan kerja yang tidak efektif dan efisien, untuk itu proses pendidikan jasmani akan berhasil baik, bila penentuan bahan dan metodenya sesuai dengan kemampuan motorik anak didik. Mengetahui kemampuan motorik anak didik secara akurat merupakan salah satu kunci sukses usaha pendidikan. Artinya guru akan mengetahui kemampuan, kesenangan, dan kebutuhan anak, sehingga guru dapat membantu peserta didik

untuk menggunakan tubuhnya lebih efisien dalam melakukan berbagai keterampilan gerak dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Anak pada masa-masa Sekolah Dasar ditandai dengan terjadinya perkembangan fisik motorik, kognitif, dan psikosial anak. Pada masa ini anak berada pada proses perkembangan yang pendek, namun penting dalam kehidupannya. Sehingga pada masa ini seluruh potensi yang dimiliki anak perlu didorong agar berkembang secara optimal, tanpa terkecuali pada perkembangan gerak kinestetiknya. Perubahan yang terjadi pada diri anak tersebut meliputi aspek motorik, kognitif, emosi, dan sosial. Adanya sifat anak untuk aktif dalam bergerak dapat dijadikan dasar bagi guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Perencanaan kegiatan aktivitas jasmani yang baik sangat membantu anak untuk mengoptimalkan kemampuan geraknya terutama kemampuan gerak kasar dan gerak lokomotor (Aryamanesh & Sayyah, 2014: 650).

Dewasa ini perkembangan Ilmu Pengetahuan Teknologi (IPTEK) yang demikian pesat, maka aktivitas anak menjadi lebih mudah, lebih nikmat, lebih cepat dan lebih lancar. Dengan kata lain anak benar-benar dimanjakan oleh perkembangan IPTEK. Hal tersebut diperburuk dengan semakin berkurangnya lahan untuk bermain anak yang berupa lapangan sebagai tempat berolahraga terutama di daerah perkotaan. Akibat dari itu semua hidup anak menjadi berubah, yang biasa aktif bergerak kini menjadi pasif atau malas bergerak.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti selama mengikuti KKN/PPL, di lapangan yaitu belum maksimalnya keterampilan motorik peserta

didik, terlihat hampir 50% peserta didik masih sulit untuk melakukan gerakan-gerakan yang kompleks, seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, menghindar, dan lain-lain. Anak merasa cepat mengalami kelelahan bila melakukan gerakan-gerakan tersebut, karena anak sangat jarang diberikan gerakan-gerakan tersebut dalam pembelajaran PJOK, sehingga mengakibatkan belum maksimalnya kemampuan motorik anak. Masalah lain yang dihadapi guru PJOK yaitu peserta didik kurang antusias dan malas untuk melakukan olahraga secara aktif (melibatkan motorik kasar). Hal tersebut diamati bahwa tingkat kemauan bersaing yang rendah, peserta didik belum menemukan irama langkah dan memaksimalkan gerakan tungkai yang seharusnya dapat dilakukan. Kondisi anak yang sudah capek dalam perjalanan menuju lapangan yang cukup jauh.

Berdasarkan hasil wawancara, menunjukkan bahwa anak lebih tertarik untuk melakukan permainan elektronik seperti *game online*, *gadget* dan *game-game* elektronik lainnya. Anak merasa sangat nyaman untuk melakukan *game* tersebut tanpa merasakan kebosanan dengan jangka waktu yang lama. Di sisi lain anak sendiri menyatakan bahwa dirinya hanya merasakan lelah dan bosan dengan apa yang diajarkan oleh guru dan tidak suka melakukan aktivitas gerak berlari dan melompat. *Game* yang dilakukan dalam jangka waktu lama (≥ 2 jam) tanpa diimbangi dengan aktivitas fisik yang baik akan berdampak buruk untuk kesehatan fisik serta psikis anak. Griffiths (2010: 1) menyatakan.

Boys and girls who used screen-entertainment for any duration, and participated in sport, had fewer emotional and behavioural problems, and more prosocial behaviours, than children who used screen-entertainment for ≥ 2 hours per day and did not participate in sport.

Anak laki-laki dan perempuan yang menggunakan layar hiburan (*playstation, game internet, dan lain-lain*) untuk durasi apa pun, dan berpartisipasi dalam olahraga memiliki lebih sedikit masalah emosional dan perilaku, serta memiliki perilaku yang lebih prososial, daripada anak-anak yang hanya menggunakan layar hiburan ≥ 2 jam di tiap harinya dan tidak berpartisipasi dalam kegiatan olahraga. Dampak langsung yang dirasakan oleh pola hidup yang demikian adalah menurunnya kemampuan motorik anak.

Perkembangan anak yang tidak diperhatikan dengan baik maka akan berdampak buruk bagi anak. Dapat dilihat pada zaman modern sekarang, penggunaan teknologi canggih pada anak mulai meningkat dan ditambah kurangnya tempat bermain luar ruangan yang aman. Hal ini dapat memicu anak kurang banyak melakukan aktivitas gerak, dan juga dapat mengurangi motivasi dan kesempatan bagi anak-anak untuk berlari, melompat, dan menggerakkan tubuhnya. Jika hal ini terjadi terus menerus, maka perkembangan fisik-motorik anak tidak berkembang dengan baik. Oleh karena itu, pembelajaran PJOK diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan motorik anak kelas atas di SD Negeri Gadingan Wates. Keberhasilan pembelajaran PJOK di SD Negeri Gadingan Wates sangat dipengaruhi oleh banyak faktor seperti faktor guru, peserta didik, dan sarana dan prasarana. Seperti yang dikatakan oleh Muthohir & Gusril (2004: 25), bahwa rendahnya kemampuan motorik dan kebugaran jasmani akibat kualitas pengajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. Mengembangkan kemampuan motorik

peserta didik Sekolah Dasar diperlukan suatu proses pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak yang suka bermain.

Aspek-aspek perkembangan motorik dasar penting dipelajari dan dipahami baik guru maupun peserta didik pada saat pembelajaran penjas karena kemampuan gerak merupakan bagian dari ranah psikomotorik dan perkembangannya yang terbentuk dalam penguasaan keterampilan gerak sehingga apabila peserta didik memiliki kemampuan gerak yang baik peserta didik akan memiliki dasar untuk menguasai keterampilan gerak khusus kedepannya. Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Tingkat Kemampuan Motorik Peserta didik Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates Tahun 2018/2019”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka dari uraian tersebut di atas dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Berkurangnya lahan untuk bermain anak yang berupa lapangan sebagai tempat berolahraga terutama di daerah perkotaan.
2. Kenyataan di lapangan memperlihatkan peserta didik di SD Negeri Gadingan Wates lebih banyak menghabiskan waktu berjam-jam duduk di depan televisi, *video games*, atau permainan elektronik lainnya daripada bermain di luar yang menggunakan unsur gerak.
3. Peserta didik kurang antusias dan malas untuk melakukan olahraga secara aktif (melibatkan motorik kasar).

4. Belum diketahui tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan tidak terlalu meluas maka perlu dibatasi supaya lebih fokus dalam melakukan penelitian. Bahwa permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini dibatasi pada tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates.

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah di atas maka permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah “Seberapa baik tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas putra di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates.
2. Tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas putri di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Teoretis

- a. Hasil dari penelitian diharapkan dapat menjadi informasi dan pedoman dalam penelitian yang berhubungan dengan jenis penelitian yang sama.
- b. Bagi pembaca hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan yang berkaitan dengan kemampuan motorik. Hal ini dapat menjadi masukan bagi guru dalam perbaikan pada pelaksanaan pembelajaran PJOK.

2. Praktis

a. Bagi peserta didik

Peserta didik sebagai subjek penelitian dapat mengetahui kemampuan motorik yang dimilikinya, sehingga peserta didik akan termotivasi untuk giat berolahraga meningkatkan kemampuannya agar lebih baik.

b. Bagi Guru PJOK

Hasil penelitian ini diharapkan nantinya mampu menjadi motivasi untuk acuan pembelajaran PJOK peserta didiknya.

c. Bagi Sekolah

Dengan mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates, diharapkan pihak sekolah dapat mengembangkan dan mengoptimalkan program penunjang PJOK di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Kemampuan Motorik

a. Pengertian Kemampuan motorik

Kemampuan motorik berkaitan dengan perilaku gerak individu dalam kehidupan sehari-hari, baik gerak yang bukan untuk olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan keterampilan motorik/gerak. Kemampuan motorik berasal dari bahasa Inggris yaitu *motor ability*. Pada dasarnya pengertian tentang kemampuan motorik telah banyak diberikan oleh para ahli. Oxendine yang dikutip oleh Nugroho (dalam Yudanto, 2006: 35) menyatakan bahwa kemampuan motorik adalah terminologi yang digunakan dalam berbagai keterampilan yang mengarah ke penguasaan keterampilan dasar dan aktivitas kesegaran jasmani. Mutohir (2004: 4) menyatakan bahwa kemampuan motorik adalah kemampuan individual yang mendasari penampilan berbagai keterampilan motorik. Selanjutnya Lutan (dalam Yudanto, 2006: 35) menyatakan bahwa kemampuan motorik dikatakan sebagai kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak, kemampuan motorik juga merupakan kualitas umum yang dapat ditingkatkan melalui latihan. Pendapat lain, Sukintaka (2001: 47) memberikan penjelasan tentang kemampuan motorik yang berarti kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik yang bukan gerak olahraga maupun dalam olahraga atau kematangan keterampilan motorik.

Kemampuan motorik adalah kematangan otot dan syaraf dalam menunjang aktivitas gerak anggota tubuh. Makin tinggi kemampuan perkembangan motorik seseorang, maka dimungkinkan daya kerjanya akan menjadi lebih tinggi dan begitu juga sebaliknya. Kemampuan motorik sangat perlu dibicarakan dalam pendidikan jasmani sebab kemampuan motorik merupakan bagian dari ranah psikomotor. Perkembangan motorik diungkapkan Sukadiyanto (2010: 70) merupakan “suatu kemampuan perkembangan seseorang dalam menampilkan kemampuan gerak yang lebih kompleks”. Lebih lanjut Sukadiyanto (2010: 70) menyatakan bahwa kemampuan perkembangan motorik merupakan suatu kemampuan umum seseorang yang berkaitan dengan penampilan berbagai keterampilan atau tugas gerak.

Ananto (dalam Prasetyo & Suhartini, 2014) menyatakan bahwa “motorik dapat diuraikan dengan kata seperti otomatis, cepat dan akurat atau dengan kata lain titik beratnya adalah pada ketelitian dan ketepatan”. Berdasarkan penelitian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa pola gerak merupakan pengertian umum dan motorik merupakan gerak yang lebih khusus. Sering kali gerak dibedakan antara halus dengan yang kasar. Gerak halus (*fine motor skill*) adalah gerak yang memerlukan ketelitian dan kecerdikan, sedangkan gerak kasar (*gross motor skill*) adalah gerakan seluruh tubuh dan bagian-bagian tubuh yang besar seperti dalam kegiatan berpindah tempat. Misalkan dalam melempar bola diperlukan ketepatan sasaran yang mencukupi. Ketepatan memerlukan ketelitian dan penguasaan jari dan tangan (gerak halus), sedangkan kecepatan gerak lebih memerlukan gerakan tangan dan tubuh yang besar supaya pelemparannya cukup kuat.

Keterampilan motorik adalah gerakan-gerakan tubuh atau bagian-bagian tubuh yang disengaja, otomatis, cepat, dan akurat (Desmita, 2009: 97). Gerakan-gerakan yang dilakukan oleh anak-anak, termasuk anak sekolah dasar merupakan koordinasi dari beratus-ratus otot yang rumit. Keterampilan motorik dapat dikelompokkan menurut ukuran otot-otot dan bagian-bagian badan yang terkait, yaitu keterampilan motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar meliputi keterampilan otot-otot besar lengan, kaki dan batang tubuh, seperti berjalan, melompat, berlari. Keterampilan motorik halus meliputi otot-otot kecil yang ada diseluruh tubuh, seperti menyentuh dan memegang.

Kemampuan motorik adalah segala sesuatu yang ada hubungannya dengan gerakan-gerakan tubuh (Zulkifli, 2005: 3). Kiram (1992: 48) menyatakan bahwa “motorik adalah suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan pengaturan fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun secara psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan”. 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 (Sukintaka, 2001: 47).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum yang menjadi dasar tingkat penampil yang baik atau tingkat kemampuan gerak (*motor ability*) akan mencerminkan kemampuan gerak

seseorang belajar gerakan baik. Oleh itu sebabnya kemampuan motorik sangat diperlukan dalam pendidikan jasmani. Seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang tinggi diduga akan lebih baik dan berhasil dalam melakukan berbagai tugas keterampilan dibandingkan seseorang yang memiliki kemampuan motorik rendah. Kemampuan motorik yang dimiliki seseorang berbeda-beda dan tergantung kepada banyaknya pengalaman gerakan yang dikuasai

b. Unsur-Unsur Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik yang pada diri anak berbeda-beda, tergantung dari gerak dasar yang dikuasainya. Dalam belajar gerak berisi pengalaman dan latihan gerak, hal itu juga mempengaruhi kemampuan motorik setiap anak. Mutohir (dalam Yudanto, 2006: 35) unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik diantaranya kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan dan kelincahan. Kekuatan adalah kemampuan untuk menggunakan tenaga seperti angkat beban atau angkat tubuh sendiri. Koordinasi adalah kemampuan menunjukkan tugas mata tangan dan mata tungkai seperti menendang, melempar, dan lainnya yang semacam itu. Kecepatan adalah kemampuan bergerak dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu yang sependek mungkin. Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan posisi tubuh dan keseimbangan baik dalam bergerak maupun diam posisinya. Kelincahan adalah Kemampuan mengubah arah dengan cepat dan mengendalikan gerakan tubuh (secara keseluruhan), (dalam Yudanto, 2006: 35).

Menurut Sajoto (2002: 52) bahwa unsur-unsur kemampuan motorik adalah sebagai berikut:

- 1) Koordinasi adalah kemampuan untuk menyatukan berbagai sistem syaraf gerak yang terpisah kedalam keadaan satu pola gerak yang efisien.
- 2) Keseimbangan adalah kemampuan tubuh untuk mempertahankan posisi dalam bermacam-macam gerak.
- 3) Kecepatan adalah kemampuan untuk menempuh jarak tertentu, terutama jarak pendek dalam waktu sesingkat-singkatnya.
- 4) Kelincahan adalah kemampuan merubah arah dengan cepat selagi tubuh bergerak dari satu tempat ke tempat lain.
- 5) Daya ledak atau *power* adalah kemampuan melakukan gerak secara eksplosif.

Bompa yang dikutip oleh Irianto (2002: 66), menyatakan bahwa ada lima biomotorik dasar, yaitu:

- 1) Kekuatan adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan.
- 2) Daya tahan adalah kemampuan melakukan kerja dalam waktu lama.
- 3) Kecepatan adalah perbandingan antara jarak dan waktu atau kemampuan bergerak dalam waktu singkat.
- 4) Kelentukan adalah kemampuan persendihan untuk melakukan gerakan melalui jangkauan yang luas.
- 5) Koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dalam berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien.

Keterampilan gerak sangat berhubungan dengan unsur kebugaran jasmani.

Adapun unsur-unsur dalam jasmani, dinyatakan Lutan (2001: 63-72) sebagai berikut:

- 1) Kekuatan otot adalah kemampuan untuk menggerakkan daya maksimal terhadap objek di luar tubuh, dengan pengertian lain yaitu kemampuan untuk mengerahkan usaha maksimal.
- 2) Daya tahan otot adalah kemampuan untuk mengerahkan daya terhadap objek di luar tubuh selama beberapa kali. Daya tahan otot terbentuk melalui beban yang relatif lebih ringan. Namun, pelaksanaan tugasnya dilakukan berulang kali dalam satu kesempatan.
- 3) Fleksibilitas adalah gambaran mengenai luas sempitnya ruang gerak pada berbagai persendian dalam tubuh kita. Seperti melakukan gerakan memelintirkan tubuh, membungkuk, berputar, dan mengulur.
- 4) Koordinasi adalah perpaduan berirama dari sistem syaraf dan gerak dalam sebuah pelaksanaan tugas secara harmonis dari beberapa anggota tubuh.

- 5) Kecepatan adalah kemampuan untuk menggerakkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu secepat mungkin.
- 6) Agilitas adalah kemampuan untuk menggerakkan badan atau mengubah arah secepat mungkin.
- 7) *Power* adalah kemampuan untuk menggerakkan usaha maksimal secepat mungkin.
- 8) Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan keseimbangan dalam kaitannya dengan daya tarik bumi baik dalam situasi diam (statis) dan bergerak (dinamis).

Kemampuan motorik juga dipengaruhi oleh faktor mekanik dan fisik.

Faktor mekanik terdiri dari beberapa unsur, diantaranya: (1) faktor keseimbangan yang terdiri dari: pusat gaya, garis gaya dan dasar penyokong badan; (2) faktor pemberi daya, yang terdiri dari: gerak yang lamban, percepatan, aktivitas / reaksi; (3) faktor penerima daya yang terdiri dari: daerah permukaan dan jarak; (4) kemampuan lokomotor, terdiri dari: fase refleks, fase belum sempurna, fase dasar, fase spesialisasi; (5) kemampuan manipulatif; (6) kemampuan yang stabil. faktor Fisik terdiri dari unsur-unsur diantaranya: (1) faktor kesegaran jasmani yang terdiri dari: kekuatan, daya tahan aerobik, daya tahan, kelentukan, komposisi tubuh; (2) faktor kesegaran gerak (*motor fitness*) terdiri dari: kecepatan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan daya ledak (*power*) (Mutohir, dalam Yudanto, 2006: 35). Selanjutnya Sukintaka (2001: 47) menyatakan bahwa berkembangnya kemampuan motoric sangat ditentukan oleh pertumbuhan dan perkembangan. Kedua faktor ini masih harus didukung oleh latihan yang sesuai dengan tingkat kematangan anak, dan gizi yang baik. Ada kemungkinan bahwa baiknya pertumbuhan dan perkembangan akan berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang.

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

c. Manfaat Kemampuan Motorik bagi Anak

Kemampuan motorik berkembang seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan gerak anak. Kondisi yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan, perkembangan dan kematangan anak menjadi peranan penting dalam pembentukan individu yang berkualitas tinggi dikemudian hari. Mutohir (dalam Yudanto, 2006: 36) bahwa fungsi utama dalam kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Seseorang yang mempunyai kemampuan motorik yang baik, tentu akan mempunyai dasar atau landasan untuk melakukan keterampilan secara khusus yang baik pula.

Anak memperoleh berbagai macam kebermanfaatan dari berkembangnya kemampuan motorik anak diantaranya diungkapkan Hurlock (2008: 150) yaitu:

1) Kesehatan yang baik

Kesehatan yang baik sebagian bergantung pada latihan. Apabila koordinasi motorik anak kurang baik maka anak kesulitan dalam melakukan latihan sehingga kesehatan anak juga akan berdampak kurang baik.

2) Katarsis emosi

Melalui latihan yang dilakukan anak dapat menyalurkan tenaga berlebih yang dimiliki anak, menyalurkan kegelisahan, ketegangan dan keputusasaan mereka.

3) Kemandirian

Perkembangan motorik yang baik memungkinkan anak semakin banyak melakukan aktivitas mereka sendiri, semakin besar kebahagiaan dan rasa percaya dirinya maka kemandirian akan terbentuk dalam dirinya.

4) Hiburan diri

Pengendalian motorik memungkinkan anak berkecimpung dalam kegiatan yang akan menimbulkan kesenangan baginya meskipun tidak ada teman sebaya.

5) Sosialisasi

Perkembangan motorik yang baik menjadikan anak dapat diterima di lingkungan sosial dan memberikan kesempatan bagi anak untuk mempelajari keterampilan sosial. Perkembangan motorik yang baik memungkinkan anak memainkan peran kepemimpinan.

6) Konsep diri

Pengendalian motorik menimbulkan rasa aman secara fisik, yang menjadikan anak merasa aman secara psikologis. Rasa aman psikologis ini akan menimbulkan rasa percaya diri yang akan mempengaruhi perilaku anak sehingga konsep diri anak akan semakin baik.

Unsur-unsur kemampuan motorik akan semakin terlatih apabila seseorang semakin banyak mengalami berbagai pengalaman aktivitas gerak yang bermacam-macam. Seseorang yang mempunyai kemampuan motorik yang baik, maka seseorang tersebut mempunyai landasan untuk menguasai tugas keterampilan gerak yang khusus. Muthohir & Gusril (2004: 51) menyatakan bahwa “fungsi utama kemampuan gerak adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja”.

Semua unsur-unsur kemampuan motorik pada peserta didik SD dapat berkembang melalui kegiatan pendidikan jasmani dan aktivitas bermain yang melibatkan otot. Semakin banyak peserta didik mengalami aktivitas gerak tentu unsur-unsur kemampuan motorik semakin terlatih. Pengalaman ini disimpan dalam ingatan untuk dipergunakan pada kesempatan lain jika melakukan gerakan yang sama. Banyaknya pengalaman motorik yang dilakukan peserta didik SD tentu akan menambah kematangan dalam melakukan aktivitas motorik.

d. Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik

Pada dasarnya urutan perkembangan untuk semua anak sama namun kecepatan perkembangan masing-masing anak beragam. Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik anak meliputi dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Pengaruh internal adalah yang diterima anak, diawali sejak anak masih dalam kandunga ibunya. Oleh karenanya, kondisi ibu pada saat mengandung akan sangat berpengaruh pada kemampuan motorik bayi (janin) yang sedang dikandung. Setelah anak dilahirkan faktor internal dan eksternal berpadu serta berinteraksi dengan lingkungan yaitu faktor-faktor: keturunan, status gizi, aktivitas fisik, sistem kelenjar hormon pertumbuhan, suku bangsa, kondisi sosial ekonomi, kondisi psiko-sosial, dan kecenderungan sekuler (Hustarda & Saputra, 2000: 21).

Berbagai macam faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik anak menurut Allen & Martoz (2010: 24) yaitu kematangan otak, input dari sistem sensorik, meningkatnya ukuran dan jumlah urat otot, sistem syaraf yang sehat dan kesempatan untuk berlatih. Pendapat lain diungkapkan oleh Kamtini & Tanjung (2005: 124) bahwa perkembangan keterampilan motorik dipengaruhi oleh faktor kesiapan belajar, kesempatan belajar, kesempatan berpraktik, model yang baik, bimbingan, dan motivasi. Ada beberapa faktor yang berpengaruh pada kemampuan motorik individu menurut Rahyubi (2012: 225-227) antara lain:

- 1) Perkembangan sistem saraf
Sistem saraf sangat berpengaruh pada perkembangan motorik seseorang karena sistem saraf mengontrol aktivitas motorik pada tubuh manusia.

- 2) Kondisi fisik
Perkembangan motorik sangat erat kaitannya dengan fisik, maka kondisi fisik sangat berpengaruh pada perkembangan motorik seseorang.
- 3) Motivasi yang kuat
Ketika seseorang mampu melakukan aktivitas motorik dengan baik kemungkinan besar dia akan termotivasi untuk menguasai keterampilan motorik yang lebih luas dan lebih tinggi lagi.
- 4) Lingkungan yang kondusif
Perkembangan motorik seorang individu kemungkinan besar bisa berjalan optimal jika lingkungan tempatnya beraktivitas mendukung dan kondusif. Lingkungan di sini bisa berarti fasilitas, peralatan, sarana dan pra sarana yang mendukung serta lingkungan yang baik dan kondusif.
- 5) Aspek psikologis
Seseorang yang kondisi psikologisnya baik mampu meraih keterampilan motorik yang baik pula. Jika kondisi psikologisnya tidak baik atau tidak mendukung maka akan sulit meraih keterampilan motorik yang optimal dan memuaskan.
- 6) Usia
Usia sangat berpengaruh pada aktivitas motorik seseorang. Bayi, anak-anak, remaja, dewasa dan tua mempunyai karakteristik keterampilan motorik yang berbeda pula.
- 7) Jenis kelamin
Dalam keterampilan motorik tertentu misalnya olahraga, faktor jenis kelamin cukup berpengaruh. Laki-laki biasanya lebih kuat, cepat, terampil dan gesit dibandingkan perempuan dalam beberapa cabang seperti olahraga seperti sepak bola, tinju, karate.
- 8) Bakat dan potensi
Bakat dan potensi juga berpengaruh pada usaha meraih keterampilan motorik. Misalnya, seseorang mudah diarahkan untuk menjadi pesepakbola handal jika punya bakat dan potensi sebagai pemain bola.

Hurlock (2008: 154) berpendapat ada beberapa kondisi yang dapat mempengaruhi laju perkembangan motorik yaitu:

- 1) Sifat dasar genetik, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan mempunyai pengaruh terhadap laju perkembangan motorik.
- 2) Kondisi lingkungan, jika kondisi lingkungan baik maka anak akan semakin aktif dan semakin cepat perkembangannya.
- 3) Gizi yang diberikan akan mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat.
- 4) Apabila ada kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik anak.

- 5) Rangsangan, dorongan, dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.
- 6) Perlindungan yang berlebihan dapat melumpuhkan kesiapan perkembangan kemampuan motorik anak.
- 7) Cacat fisik, seperti kebutaan akan memperlambat perkembangan motorik.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik anak yaitu berdasarkan faktor internal dan faktor eksternal. Kondisi internal mencakup karakteristik yang melekat pada diri individu, seperti: tipe tubuh, motivasi atau atribut lain yang membedakan seseorang dengan lainnya. Kondisi eksternal mencakup faktor-faktor yang terdapat diluar individu yang memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap penampilan gerak seseorang. Kondisi eksternal itu meliputi kondisi lingkungan pengajaran dan bahkan lingkungan sosial-budaya yang lebih luas.

2. Karakteristik Peserta Didik Kelas Atas Sekolah Dasar

Masa sekolah dasar merupakan masa perkembangan, di mana baik untuk pertumbuhan anak dan perkembangan anak. Pertumbuhan dan perkembangan mengikuti pola tertentu. Pola ini dimulai dengan pertumbuhan yang sangat cepat atau pesat dari lahir sampai usia 2 tahun, kemudian diikuti dengan periode yang konsisten, pada usia 8 sampai dengan 9 tahun. Setelah anak memasuki suatu periode pertumbuhan yang sangat cepat kadang-kadang ditunjukkan seperti lonjakan pertumbuhan pada masa remaja. Pada anak wanita pertumbuhan mengalami puncak pada usia 12 tahun, sedangkan pada anak laki-laki pada usia 14 tahun (Yudanto, 2005: 69).

Pendapat lain, Yusuf (2012: 24-25) menyatakan bahwa masa usia Sekolah Dasar sering disebut masa intelektual atau masa keserasian bersekolah. Pada masa

keserasian bersekolah ini secara relatif, anak lebih mudah dididik daripada masa sebelum dan sesudahnya. Masa ini diperinci lagi menjadi dua fase, yaitu:

- a. Masa kelas-kelas rendah sekolah dasar, kira-kira 6 atau 7 tahun sampai umur 9 atau 10 tahun. Beberapa sifat anak-anak pada masa ini antara lain.
 - 1) Adanya hubungan positif yang tinggi antara keadaan jasmani dengan prestasi (Apabila jasmaninya sehat banyak prestasi yang diperoleh)
 - 2) Sikap tunduk kepada peraturan-peraturan permainan yang tradisional
 - 3) Adanya kecenderungan memuji diri sendiri (menyebut nama sendiri)
 - 4) Suka membanding-bandingkan dirinya dengan anak yang lain
 - 5) Apabila tidak dapat menyelesaikan suatu soal, maka soal itu tidak dianggap penting.
 - 6) Pada masa ini (terutama usia 6,0-8,0 tahun) anak menghendaki nilai (angka rapor) yang baik, tanpa mengingat apakah prestasinya memang pantas diberi nilai baik atau tidak.
- b. Masa kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar, kira-kira umur 9,0 atau 10,0 sampai umur 12,0 atau 13,0 tahun. Beberapa sifat khas anak-anak pada masa ini ialah:
 - 1) Adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang konkret, hal ini menimbulkan adanya kecenderungan untuk membandingkan pekerjaan-pekerjaan yang praktis.
 - 2) Amat realistik, ingin mengetahui ingin belajar.
 - 3) Menjelang akhir masa ini telah ada minat kepada hal-hal dan mata pelajaran khusus, yang oleh para ahli yang mengikuti teori faktor ditafsirkan sebagai nilai menonjolnya faktor-faktor (Bakat-bakat khusus)
 - 4) Sampai kira-kira umur 11,0 tahun anak membutuhkan guru atau orang-orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugas dan memenuhi keinginannya. Selepas umur ini pada umumnya anak menghadapi tugas-tugasnya dengan bebas dan berusaha untuk menyelesaikannya.
 - 5) Pada masa ini, anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat (sebaik-baiknya) mengenai prestasi sekolah.
 - 6) Anak-anak pada usia ini gemar membentuk kelompok sebaya biasanya untuk dapat bermain bersama-sama. Dalam permainan itu biasanya anak tidak lagi terikat kepada peraturan permainan yang tradisional (yang sudah ada), mereka membuat peraturan sendiri.

Selain itu, karakteristik pada anak usia Sekolah Dasar menurut Yusuf (2012: 180-184) masih dibagi 7 fase yaitu: Perkembangan intelektual, perkembangan bahasa, perkembangan sosial, perkembangan emosi,

perkembangan moral, perkembangan penghayatan keagamaan, dan perkembangan motorik. Mappiare (dalam Desmita, 2009: 45) menjelaskan ciri-ciri anak usia 8-12 tahun atau disebut juga dengan remaja awal adalah:

- a. Pertumbuhan dan perkembangan fisik (pada anak laki-laki mulai memperlihatkan penonjolan otot-otot pada dada, lengan, paha, betis yang mulai nampak, dan pada wanita mulai menunjukkan mekar tubuh yang membedakan dengan kanak-kanak, pada akhir masa remaja awal sudah mulai muncul jerawat)
- b. Seks (Sudah ada rasa tertarik dengan lawan jenis terutama pada akhir masa remaja awal)
- c. Otak (Pertumbuhan otak pada anak wanita meningkat lebih cepat dalam usia 11 tahun dibandingkan dengan otak pria)
- d. Emosi (Usia ini anak peka terhadap ejekan-ejekan ataupun kritikan yang kurang berkenan terhadap dirinya, dan gembira pada saat mendapat pujian, karena masa ini anak belum dapat mengontrol emosi dengan baik)
- e. Minat/ Cita-cita (Minat bersosial, minat rekreasi, minat terhadap agama, dan minat terhadap sekolah sangat kuat dan meningkat)
- f. Pribadi, sosial dan moral (Remaja Putri seringkali menilai dirinya lebih tinggi dan remaja Pria menilai lebih rendah, sudah mulai dapat mengetahui konsep-konsep yang baik dan buruk, layak dan tidak layak).

Piaget dalam Musfiqon (2012: 62) menyatakan ada beberapa tahap perkembangan kognitif anak, yaitu:

- a. Tahap Sensorimotor, usia 0-2 tahun.
Disebut juga dengan masa *discriminating and labeling*. Pada masa ini kemampuan anak terbatas pada gerak-gerak refleks, bahasa awal, waktu sekarang, dan ruang yang dekat saja.
- b. Tahap praoperasional, usia 2-4 tahun.
Masa praoperasional atau prakonseptual disebut juga masa intuitif dengan kemampuan menerima rangsang yang terbatas. Anak mulai berkembang kemampuan bahasanya. Pemikirannya masih statis dan belum dapat berpikir abstrak, persepsi waktu dan tempat masih terbatas.
- c. Tahap konkrit operasional, usia 7-11 tahun.
Disebut juga dengan masa *performing operation*. Pada tahap ini anak sudah mampu menyelesaikan tugas-tugas menggabungkan, memisahkan, menyusun, menderetkan, melipat, dan membagi.
- d. Tahap formal Operasional, usia 11-15 tahun.
Masa ini bisa juga disebut dengan masa *proportional thinking*. Pada masa ini anak sudah mampu berpikir tingkat tinggi. Mereka sudah

mampu berpikir secara deduktif, induktif, menganalisis, menyintesis, mampu berpikir abstrak dan berpikir reflektif, serta memecahkan berbagai masalah.

Pertumbuhan berkaitan dengan masalah perubahan fisik seorang anak, sedangkan perkembangan merupakan bertambahnya kemampuan atau *skill* adalah struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dan teratur sebagai hasil proses pematangan anak. Rahyubi (2012: 220) menyatakan fase anak besar antara usia 6-12 tahun, aspek yang menonjol adalah perkembangan sosial dan intelegensi. Perkembangan kemampuan fisik yang tampak pada masa anak besar atau anak yang berusia 6-12 tahun, selain muncul kekuatan yang juga mulai menguasai apa yang disebut fleksibilitas dan keseimbangan.

Karakteristik anak usia antara 10-12 tahun menurut Hurlock (2008: 22), yaitu:

- a. Menyenangi permainan aktif;
- b. Minat terhadap olahraga kompetitif dan permainan terorganisasi meningkat;
- c. Rasa kebanggaan akan keterampilan yang dikuasai tinggi;
- d. Mencari perhatian orang dewasa;
- e. Pemujaan kepahlawanan tinggi;
- f. Mudah gembira, kondisi emosionalnya tidak stabil;
- g. Mulai memahami arti akan waktu dan ingin mencapai sesuatu pada waktunya.

Perkembangan anak usia sekolah dasar menurut Hurlock (2008: 23), sebagai berikut:

a. Perkembangan fisik

Perkembangan fisik anak SD adalah perubahan fisik atau pertumbuhan biologi yang dialami oleh anak usia sekolah dasar, yakni umur 6 tahun-12 tahun. Perkembangan fisik meliputi perubahan-perubahan dalam tubuh seperti:

pertumbuhan otak, sistem syaraf, organ-organ indrawi, pertambahan tinggi dan berat, hormon dan lain-lain, dan perubahan cara individu dalam menggunakan tubuhnya, serta perubahan dalam kemampuan fisik. Bagi anak usia sekolah dasar perkembangan fisik merupakan hal yang penting, karena akan mempengaruhi perilaku mereka sehari-hari, termasuk perilaku dalam belajar. Sampai dengan usia sekitar enam tahun terlihat bahwa badan anak bagian atas berkembang lebih lambat daripada bagian bawah. Anggota-anggota badan relatif masih pendek, kepala dan perut relatif masih besar. Selama masa akhir anak-anak, tinggi bertumbuh sekitar 5% hingga 6% dan berat bertambah sekitar 10% setiap tahun. Pada usia 6 tahun tinggi rata-rata anak adalah 46 inchi dengan berat 22,5 kg. Usia 12 tahun tinggi anak mencapai 60 *inchi* dan berat 40-42,5 kg (Murti, 2018: 6).

Jadi, pada masa ini peningkatan berat badan anak lebih banyak daripada panjang badannya. Kaki dan tangan menjadi lebih panjang, dada dan panggul lebih besar. Peningkatan berat badan anak selama masa ini terjadi terutama karena bertambahnya ukuran sistem rangka dan otot, serta ukuran beberapa organ tubuh. Pada saat yang sama, masa dan kekuatan otot-otot seacar berangsur-angsur bertambah. Pertambahan kekuatan otot ini adalah karena faktor keturunan dan lathan (olahraga). Karena perbedaan jumlah sel-sel otot, maka umumnya anak laki-laki lebih kuat daripada anak perempuan.

Selanjutnya karakteristik perkembangan fisik anak usia sekolah dasarakan lebih difokuskan pada: (1) Tinggi dan berat badan, (2) Proporsi tubuh, dan (3) Otak. Di Indonesia tinggi dan berat badan diperkirakan penambahanya berkisar 2,5 – 3,5 kg dan 5-7 cm per-tahun. Demikian juga pendapat (Desmita, 2009: 74)

mengemukakan bahwa selama masa akhir anak-anak, tinggi bertambah sekitar 5 hingga 6% dan berat bertambah sekitar 10% pertahun. Pada usia-usia 6 tahun tinggi rata-rata anak adalah 46 Inci dengan berat 22,5 kg, sedangkan usia 12 tahun tinggi anak mencapai 60 inci, berat badan mencapai 40 kg hingga 42,5 kg.

b. Perkembangan kognitif

Menurut pada teori kognitif Piaget, pemikiran anak-anak usia sekolah dasar masuk dalam tahap pemikiran konkret-operasional (*concrete operational thought*), yaitu masa di mana aktifitas mental anak tefokus pada objek-objek yang nyata atau pada berbagai kejadian yang pernah dialaminya. Ini berarti bahwa anak usia sekolah dasar sudah memiliki kemampuan untuk berpikir melalui urutan sebab akibat dan mulai mengenali banyaknya cara yang bisa ditempuh dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Anak usia ini juga dapat mempertimbangkan secara logis hasil dari sebuah kondisi atau situasi serta tahu beberapa aturan atau setrategi berpikir, seperti penjumlahan, pengurangan, penggandaan, mengurutkan sesuatu secara berseri dan mampu memahami operasi dalam sejumlah konsep, seperti $5 \times 6 = 30$; $30 : 6 = 5$.

Dalam upaya memahami alam sekitarnya anak tidak lagi terlalu mengandalkan informasi yang bersumber dari panca indra, karena ia mulai kemampuan untuk membedakan apa yang tampak oleh mata dengan kenyataan yang sesungguhnya, dan antara yang bersifat sementara dengan yang bersifat menetap. Misalnya, anak akan tahu bahwa air dalam gelas besar pendek dipindahkan ke dalam gelas kecil yang tinggi, jumlahnya akan tetap sama karena

tidak satu tetespun yang tumpah. Hal ini adalah karena tidak lagi mengandalkan persepsi penglihatannya, melainkan sudah mampu menggunakan logikanya.

Pemahaman tentang waktu dan ruang (*spatial relations*) anak usia sekolah dasar juga semakin baik. Karena itu, anak dapat dengan mudah menemukan jalan keluar di ruangan yang lebih kompleks daripada sekedar ruangan dirumahnya sendiri. Anak usia SD telah memiliki struktur kognitif yang memungkinkannya dapat berpikir untuk melakukan suatu tindakan, tapi ia sendiri bertindak secara nyata. Hanya saja, apa yang dipikirkan oleh anak masih terbatas pada hal-hal yang ada hubungannya dengan sesuatu yang konkret, suatu realitas secara fisik, benda-benda yang benar-benar nyata. Sebaliknya, benda-benda atau peristiwa-peristiwa yang tidak ada hubungannya secara jelas dan konkret secara realitas, masih sulit dipikirkan oleh anak.

Keterbatasan lain yang terjadi dalam kemampuan berpikir konkret anak ialah egosentrisme. Artinya, anak belum mampu membedakan antara perbuatan-perbuatan dan objek-objek yang secara langsung dialami dengan perbuatan-perbuatan yang objek-objek yang hanya ada dalam pikirannya. Misalnya, ketika anak diberikan soal untuk memecahkan, ia tidak akan mulai dari sudut objeknya, melainkan ia akan mulai dari dirinya sendiri. Egosentrisme pada anak terlihat dari ketidakmampuan anak untuk melihat pikiran dan pengalaman sebagai dua gejala yang masing masing berdiri sendiri. Terlepas dari keterbatasan tersebut, pada masa akhir usia sekolah (10-12 tahun) atau pra-remaja, anak-anak terlihat semakin mahir menggunakan logikanya. Hal ini di antaranya terlihat dari kemahirannya dalam menghitung yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

c. Perkembangan Konsep Diri

Pada awal-awal masuk sekolah dasar, terjadi penurunan dalam konsep diri anak. Hal ini disebabkan oleh tuntutan baru dalam akademik dan perubahan sosial yang muncul di sekolah. Sekolah dasar banyak memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk membandingkan diri dengan temannya. Sehingga penilaian dirinya menjadi realistis. Anak-anak yang secara rutin lebih mungkin untuk melakukan langkah-langkah yang dapat mempertahankan keutuhan harga dirinya. Anak sering memfokuskan perhatian pada bidang di mana anak unggul seperti olahraga atau hobi, dan kurang perhatiannya pada bidang yang memberi kesukaran pada dirinya. Hal itu disebabkan karena anak telah menguasai sejumlah bidang dan pengalaman untuk memperhitungkan kekuatan dalam penampilan diri anak, maka kebanyakan anak berusaha mempertahankan kestabilan harga diri anak selama bersekolah.

d. Perkembangan Spiritual

Sebagai anak yang tengah berada dalam tahap pemikiran operasional konkret, maka anak-anak usia sekolah dasar akan memahami segala sesuatu yang abstrak dengan interpretasi secara konkret. Hal ini juga berpengaruh terhadap pemahamannya mengenai konsep-konsep keagamaan. Misalnya gambaran tentang tuhan, pada awalnya anak-anak akan memahami tuhan sebagai sebuah konsep konkret yang mempunyai perwujudan real, serta memiliki sifat pribadi seperti manusia. Namun seiring perkembangan kognitifnya, konsep ketuhanan yang bersifat konkret ini mulai berubah menjadi abstrak. Dengan demikian, gagasan-gagasan keagamaan, yang bersifat abstrak dipahami secara konkret, seperti

Tuhan itu satu, Tuhan itu amat dekat, Tuhan itu ada di mana-mana, mulai dapat dipahami.

e. Perkembangan Bahasa

Usia SD merupakan berkembang pesatnya mengenal pembendaharaan kata. Pada awal masa sekolah, anak menguasai kurang lebih 2500 kata dan pada masa akhir sekolah menguasai kurang lebih 30.000 kata. Sehingga pada anak ini mulai gemar membaca dan berkomunikasi dengan orang lain. Faktor yang mempengaruhi komunikasi pada masa sekolah yaitu kematangan organ bicara dan proses belajar. Usia SD ditandai dengan perluasan hubungan sosial. Anak mulai keluar dari keluarga menuju masyarakat, anak mulai dapat bekerja sama dengan teman, dan membentuk kelompok sebaya. Kematangan perkembangan sosial pada anak SD dapat dimanfaatkan untuk memberikan tugas-tugas kelompok. Melalui kerja kelompok ini, anak dapat belajar tentang sikap dan kebiasaan dalam bekerja sama, saling menghormati, tenggang rasa, dan bertanggungjawab.

f. Perkembangan Emosi

Anak SD mulai menyadari bahwa pengungkapan emosi secara kasar tidak dapat diterima dalam masyarakat, maka anak mulai belajar mengendalikan dan mengontrol ekspresi emosinya. Kemampuan mengontrol emosi pada anak, dipengaruhi oleh suasana kehidupan ekspresi emosi didalam keluarga. Berbagai emosi yang dialami anak SD adalah marah, takut, cemburu, rasa ingin tahu dan kegembiraan yang meluap.

g. Perkembangan Motorik

Seiring dengan perkembangan fisiknya yang beranjak matang, maka perkembangan motorik anak sudah dapat terkoordinasi dengan baik. Pada masa ini ditandai dengan kelebihan gerak atau aktifitas motorik. Oleh karena itu, usia ini merupakan masa yang ideal untuk belajar keterampilan yang berkaitan dengan motorik, seperti menulis, menggambar, melukis, berenang, main bola, dan atletik. Perkembangan fisik yang normal merupakan salah satu faktor penentu kelancaran proses belajar, baik dalam bidang pengetahuan maupun keterampilan.

h. Perkembangan moral

Pada usia sekolah dasar anak sudah dapat mengikuti pertautan atau tuntutan dari orang tua atau lingkungan sosialnya. Pada akhir usia ini anak sudah dapat memahami alasan mendasari suatu peraturan. Di samping itu, anak sudah dapat mengasosiasikan setiap bentuk perilaku dengan konsep benar-salah atau baik-buruk. Peranan guru Penjasorkes sangat besar dalam memberi pengarahan dan bimbingan pada anak besar. Sesuai dengan sifat psiko-sosial anak, guru bisa menempatkan dirinya sebagai orang dewasa yang bisa dipercaya, memberikan perhatian, persetujuan dan dorongan kepada anak untuk berbuat sebaik-baiknya.

Jadi, dari pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa karakteristik anak Sekolah Dasar kelas atas sudah mulai ada perubahan dari segi mental, sosial, agama, dan psikomotor anak, selain itu juga ditunjang dengan perkembangan perubahan fisik yang semakin lama tumbuh dan berkembang. Karakteristik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates yaitu anak cenderung lari, jalan cepat bahkan melakukan lompatan apabila akan

menuju sekolahnya atau bermain di lingkungan rumahnya. Sebagian siswa jarak rumah dari sekolah cukup jauh dengan kondisi jalan naik turun dan siswa tersebut harus berjalan kaki, aktivitas lain di luar sekolah adalah mengaji.

B. Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sujarwo & Cukup Pahala Widi (2015), yang berjudul “Kemampuan Motorik Kasar dan Halus Anak Usia 4-6 Tahun”. Penelitian ini diawali dengan latar belakang berdasarkan hasil survei awal peneliti baik wawancara langsung dengan guru di Taman kanak-kanak, bahwa mereka kesulitan untuk melakukan tes atau mengukur kemampuan motorik peserta didik. Selain itu, mereka kesulitan dalam mencari kajian literatur tentang instrumen yang dibuat untuk melihat kemampuan motorik kasar dan halus untuk peserta didik usia tersebut. Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat kemampuan motorik kasar dan halus anak usia 4-6 tahun. Metode penelitian yang akan digunakan adalah penelitian survei. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan teknik persentase dimana kemampuan motorik anak usia 4 s.d 6 tahun yaitu TK kelas A dan B yang dinilai sehari-hari oleh guru di dalam aktivitas sehari-hari atau dalam pembelajaran kemudian dikategorikan dengan 4 kategori: BB: Belum Berkembang, MB: Mulai Berkembang, BSH: Berkembang Sesuai Harapan, BSB: Berkembang Sangat Baik. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik TK

Pembina Kecamatan Bantul yang berjumlah 89 anak. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik anak di taman kanak-kanak kelas A adalah: dalam katagori cukup tinggi sebesar 53.66% atau 22 anak, dan kategori tinggi 46.34% atau 19 anak. Kemampuan motorik anak di taman kanak-kanak kelas B adalah: dalam kategori cukup tinggi 12.50% atau 6 anak, kategori tinggi 87.50% atau 42 anak. Kesimpulannya bahwa kemampuan motorik anak usia 4 s.d 6 tahun khususnya di kelas A perlu ditingkatkan agar bisa mencapai kategori tinggi.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Windu Agung Prasetyo (2010) yang berjudul “Kemampuan Motorik Kasar Peserta didik Kelas IV, V, VI Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Wonokromo Pleret Bantul Yogyakarta”. Populasi penelitian ini adalah semua peserta didik kelas IV, V, VISD Wonokromo Pleret, Kabupaten Bantul yang berjumlah 37 peserta didik yang terdiri dari 20 peserta didik putra dan 17 peserta didik putri. Data dikumpulkan dengan menggunakan penelitian kuantitatif dengan disain penelitian deskriptif. Dapat didapat hasil penelitian (1) secara rinci terdapat 2 peserta didik (5,41%) dalam kategori kurang sekali, 10 peserta didik (27,03%) dalam kategori kurang, 15 peserta didik (40,54%) dalam kategori sedang, 9 peserta didik (24,32%) dalam kategori baik dan 1 peserta didik (2,70%) dalam keadaan baik sekali.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Turvina Endang Purwaningsih (2015) yang berjudul “Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas 1 Sekolah Dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Subyek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 1

sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran, dengan jumlah keseluruhan adalah 34 anak yang terdiri dari 18 laki-laki dan 16 perempuan. Teknik pengambilan data menggunakan tes untuk mengukur kemampuan motorik, yang terdiri dari 5 item tes, yaitu lari bolak balik, lari jarak pendek 20 meter, tendang bola ke dinding, lempar bola tennis ke dinding, dan lempar bola softball. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentase. Hasil penelitian diperoleh sebanyak 1 siswi (6.25%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 4 siswi (25%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 6 siswi (18.75%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 3 siswi (18.75%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 2 siswi (12.5%) mempunyai kemampuan motorik sangat baik. Sebanyak 0 siswa (0%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 8 siswa (44.44%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 4 siswa (22.22%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 2 siswa (11.11%) mempunyai kemampuan motorik sangat baik. Kesimpulan yang didapat bahwa kemampuan motorik siswa kelas 1 sekolah dasar di pondok pesantren Sunan Pandanaran berbeda-beda, atau bervariasi, dari yang kurang sekali sampai yang sangat baik.

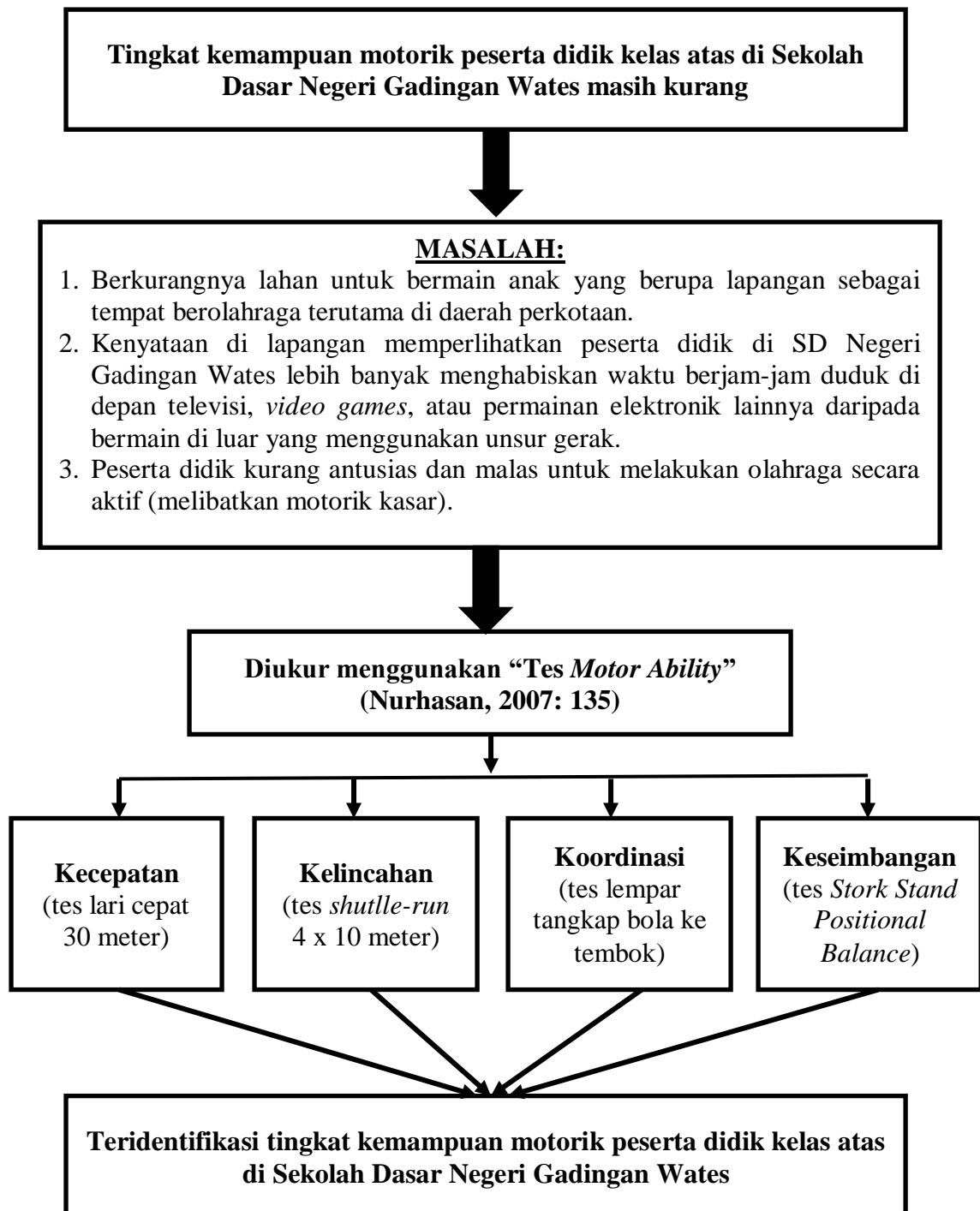
C. Kerangka Berpikir

Konsep dasar pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah mampu memberikan kesempatan bergerak yang seluas-luasnya kepada peserta didik. Usia sekolah merupakan usia dimana peserta didik 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 peserta didik dalam melakukan tugas gerakanya. Kegiatan-kegiatan dalam pendidikan jasmani semestinya dilakukan dengan bervariasi agar dapat memberikan kepuasan kepada anak bergerak sesuai minatnya, dan dapat memberikan pengalaman yang lebih bermakna kepada anak.

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

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



Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Arikunto (2006: 302) menyatakan bahwa “penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang sesuatu variabel, gejala atau keadaan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2019. Penelitian dilakukan pukul 7.30-09.00 WIB.

C. Populasi dan Subjek Penelitian

Menurut Sugiyono (2007: 55) bahwa “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan”. Pendapat lain menurut Arikunto (2006: 101) “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Sesuai dengan pendapat di atas, maka populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas atas Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates yang berjumlah 88 peserta didik. Arikunto (2006: 109) menyatakan bahwa “sampel adalah sebagian atau wakil yang diselidiki. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*”. Rincian sampel sebagai berikut:

Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian

No	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1	IV	14	16	30
2	V	16	14	39
3	VI	13	15	28
Jumlah		43	45	88

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Arikunto (2006: 118) menyatakan bahwa “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates. Definisi operasionalnya yaitu gerakan fisik atau aktivitas yang melibatkan otot-otot besar seperti otot tungkai untuk melakukan gerakan melompat, meloncat, berlari, menendang, berjalan, dan otot lengan untuk melakukan gerakan melempar, memantulkan, menangkap. Kemampuan motorik diukur menggunakan Tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi tes lari cepat 30 meter, tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *Stork Stand Positional Balance* (Nurhasan, 2007: 135).

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya akan lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Arikunto, 2006: 136). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Instrumen dalam penelitian ini mengacu

pada pada modul tes dan pengukuran keolahragaan (Nurhasan, 2007: 135). Tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi tes *Shuttle-run* 4 x 10 meter (kelincahan), tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok (koordinasi), tes *Stork Stand Positional Balance* (keseimbangan), tes lari cepat 30 meter (kecepatan).

Validitas adalah derajat/ukuran yang menggambarkan bahwa suatu tes dapat mengukur suatu karakteristik tertentu yang harus diungkap (mengukur apa yang harus diukur). Suatu alat ukur dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Dari tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi: tes *Shuttle-run* 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *Stork Stand Positional Balance*, tes lari cepat 30 meter, tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93 dan validitasnya sebesar 0,87. Prosedur pelaksanaan tes yang digunakan sebagai berikut:

a. Tes *Shuttle-run* 4 x 10 meter

- 1) Tujuan: Mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah
- 2) Alat/fasilitas: *Stop watch*, lintasan yang lurus dan datar dengan jarak 10 meter.
- 3) Pelaksanaan: *Start* dilakukan dengan berdiri. Pada aba-aba “bersedia” orang coba berdiri dengan salah satu ujung jari sedekat mungkin dari garis start. setelah aba-aba “siap” dan kemudian “ya” subjek berlari bolak-balik 4 x dengan catatan *start* dan *finish* kembali digaris *start*.
- 4) Skor: Dihitung waktu yang ditempuh dalam lari bolak-balik sejauh 10 meter.

b. Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok

- 1) Tujuan: Mengukur kemampuan koordinasi mata dan tangan.

- 2) Alat/fasilitas: bola tenis, *stop watch* dan tembok yang rata
- 3) Pelaksanaan: Subjek berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola tenis dengan kedua tangan didepan dada. Aba-aba “ya” subyek dengan segera melakukan lempar tangkap ke dinding selama 30 detik.
- 4) Skor: Dihitung jumlah tangkapan bola yang dapat dilakukan selama 30 detik.

c. Tes *Stork Stand Positional Balance*

- 1) Tujuan: Mengukur keseimbangan tubuh
- 2) Alat/fasilitas: *Stop watch*
- 3) Pelaksanaan: Subjek 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.
- 4) Skor: Dihitung waktu yang dicapai dalam mempertahankan sikap di atas sampai dengan tanpa memindahkan kaki kiri dari tempat semula.

d. Tes Lari Cepat 30 meter.

- 1) Tujuan: Mengukur kecepatan lari
- 2) Alat/fasilitas: *Stop watch*, lintasan lurus dan rata sejauh 30 meter, bendera
- 3) Pelaksanaan: *Start* dilakukan berdiri. Pada aba-aba “bersedia” subjek berdiri dengan salah satu ujung jari kakinya sedekat mungkin dengan garis *start*. Aba-aba “siap” subjek siap untuk berlari menuju garis *finish* dengan jarak 30 meter, sampai melewati garis *finish*.
- 4) Skor: Dihitung waktu yang ditempuh dalam melakukan lari sejauh 30 meter.

2. Teknik Pengumpulan Data

Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu tes kemampuan motorik. 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 peserta didik 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 adalah menyiapkan alat-alat tes dan menyiapkan bahan-bahan untuk tes. Di antaranya adalah *stopwatch*, alat tulis, dan lain-lain.
- b. Pelaksanaan tes. Dalam tahap pelaksanaan tes, terlebih dahulu peserta didik dikumpulkan/dibariskan untuk berdoa, dilanjutkan dengan pemberian penjelasan petunjuk pelaksanaan tes, kemudian dilakukan pemanasan. Peserta didik diinstruksikan untuk melakukan tes secara bergantian. Data yang diperoleh kemudian dicatat.
- c. Pencatatan data tes. Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data, di mana data dalam pengukuran dicatat secara sistematis. Penelitian ini dibantu oleh 2 orang testor.

F. Teknik Analisis Data

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data kemudian dilakukan penyortiran dari data yang diperoleh untuk mengetahui persamaan dan perbedaan ukuran. Setelah itu data dimasukkan ke dalam program SPSS untuk

dilakukan proses analisis. Hasil kasar ini perlu diubah agar memiliki ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini adalah *T-Score*. Selanjutnya *T-Score* dari setiap jenis tes kemampuan dijumlahkan dan dibagi jumlah jenis item tes, sehingga didapatkan rerata *T-Score*. Hasil rerata *T-Score* selanjutnya akan dikonvensikan. Sudijono (2015: 176) menyatakan bahwa rumus *T-Score* sebagai berikut:

$$10 \left(\frac{X - M}{SD} \right) + 50 \quad \text{data tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok dan } Stork \text{ Stand Positional Balance}$$

$$10 \left(\frac{M - X}{SD} \right) + 50 \quad \text{data lari 30 m dan } shuttle\text{-run 4 x 10 meter}$$

Keterangan:

T = Nilai Skor-T

M = Nilai rata-rata data kasar

X = nilai data kasar

SD= standar deviasi data kasar

Kemudian nilai *T-Score* dari ke empat item dijumlahkan, sehingga didapat total *T-Score*. Hasil total *T-Score* menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kemampuan motorik peserta didik. Pengkategorian menggunakan *mean* dan *standar deviasi*. Azwar (2016: 163) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Cukup
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

Langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Arikunto (2006: 245-246) menyatakan bahwa rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari

F = frekuensi

N = jumlah responden

(Sumber: Arikunto, 2006: 245-246)

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini berupa hasil tes kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates, yang terdiri atas tes lari cepat 30 meter, tes *shuttle-run* 4 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *Stork Stand Positional Balance*. Kemudian dari seluruh data dikonversikan ke dalam T Skor dan dijumlahkan. Data hasil tes penelitian dijelaskan sebagai berikut:

1. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra

Deskriptif statistik kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 142,03, skor tertinggi (*maksimum*) 239,55, rerata (*mean*) 199,99, nilai tengah (*median*) 204,67, nilai yang sering muncul (*mode*) 142,03, *standar deviasi* (SD) 24,72. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra

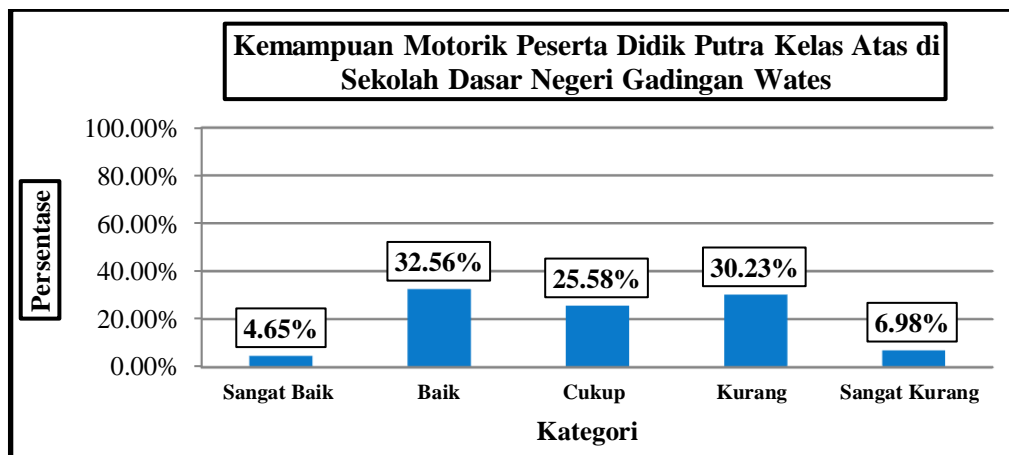
Statistik	
<i>N</i>	43
<i>Mean</i>	200,00
<i>Median</i>	204,67
<i>Mode</i>	142,03 ^a
<i>Std, Deviation</i>	24,72
<i>Minimum</i>	142,03
<i>Maimum</i>	239,55

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates disajikan pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	237,09 <	Sangat Baik	2	4.65%
2	212,37 - 237,08	Baik	14	32.56%
3	187,65 - 212,36	Cukup	11	25.58%
4	162,93 - 187,64	Kurang	13	30.23%
5	≤ 162,92	Sangat Kurang	3	6.98%
Jumlah			43	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 4 tersebut di atas, kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates

Berdasarkan tabel 4 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,98% (3 peserta didik), “kurang” sebesar 30,23% (13 peserta didik), “cukup” sebesar 25,58% (11 peserta didik), “baik” sebesar 32,56% (14 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,65% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 199,99, kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

a. Kecepatan Lari 30 m

Deskriptif statistik kecepatan lari 30 m peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 5,33, skor tertinggi (*maksimum*) 8,13, rerata (*mean*) 6,36, nilai tengah (*median*) 6,35, nilai yang sering muncul (*mode*) 6,55, standar deviasi (SD) 0,55. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Deskriptif Statistik Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putra

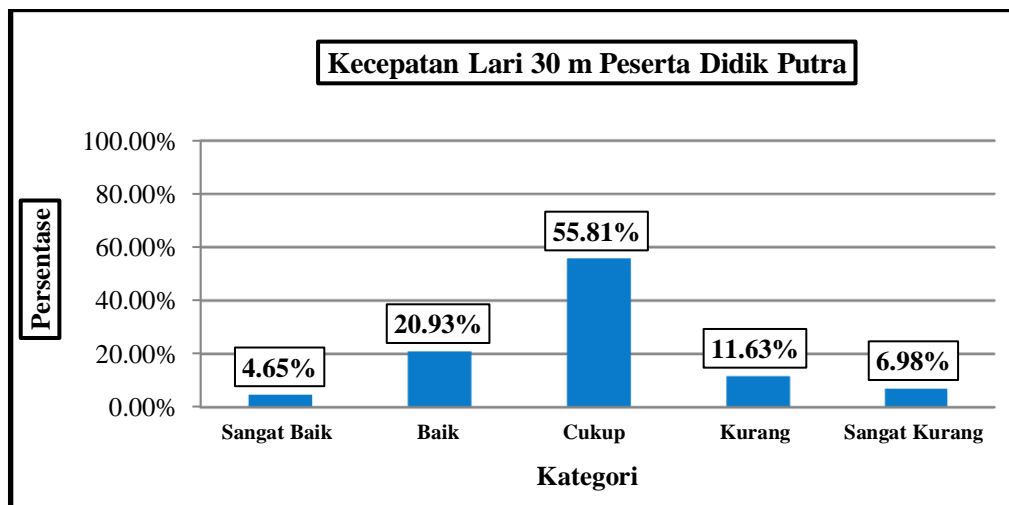
Statistik	
<i>N</i>	43
<i>Mean</i>	6,36
<i>Median</i>	6,35
<i>Mode</i>	6,55
<i>Std. Deviation</i>	0,55
<i>Minimum</i> (tercepat)	5,33
<i>Maimum</i> (terlambat)	8,13

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kecepatan lari 30 m peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates disajikan pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Norma Penilaian Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	7,20 <	Sangat Kurang	3	6.98%
2	6,65 - 7,19	Kurang	5	11.63%
3	6,10 - 6,64	Cukup	24	55.81%
4	5,55 - 6,09	Baik	9	20.93%
5	≤ 5,54	Sangat Baik	2	4.65%
Jumlah			43	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 6 tersebut di atas, kecepatan lari 30 m peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putra

Berdasarkan tabel 6 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa kecepatan lari 30 m peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,98% (3 peserta didik), “kurang” sebesar 11,63% (5 peserta didik), “cukup” sebesar 55,81% (24 peserta didik), “baik” sebesar 20,93% (9 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,65% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 6,36, kecepatan lari 30 m peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

b. Kelincahan

Deskriptif statistik kelincahan peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 15,37, skor tertinggi (*maksimum*) 19,49, rerata (*mean*) 16,74, nilai tengah (*median*) 16,59, nilai yang sering muncul (*mode*) 16,56, *standar deviasi* (SD) 0,88. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Kelincahan Peserta Didik Putra

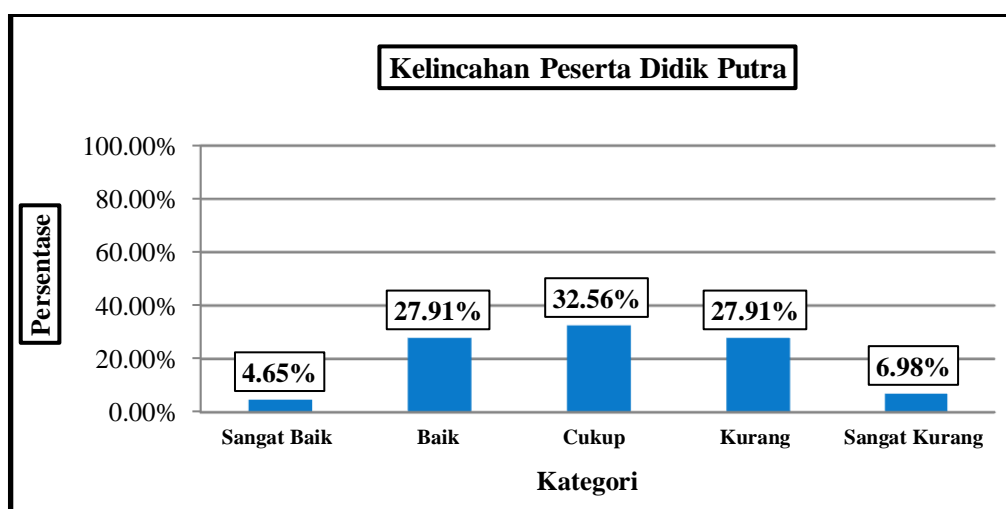
Statistik	
<i>N</i>	43
<i>Mean</i>	16,74
<i>Median</i>	16,59
<i>Mode</i>	16,56
<i>Std. Deviation</i>	0,88
<i>Minimum</i> (tercepat)	15,37
<i>Maimum</i> (terlambat)	19,49

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kelincahan peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates disajikan pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Penilaian Kelincahan Peserta Didik Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	18,07 <	Sangat Kurang	3	6.98%
2	17,19 - 18,06	Kurang	12	27.91%
3	16,31 - 17,18	Cukup	14	32.56%
4	15,42 - 16,30	Baik	12	27.91%
5	≤ 15,41	Sangat Baik	2	4.65%
Jumlah			43	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 8 tersebut di atas, kelincahan peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Kelincahan Peserta Didik Putra

Berdasarkan tabel 8 dan gambar 4 di atas menunjukkan bahwa kelincahan peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,98% (3 peserta didik), “kurang” sebesar 27,91% (12 peserta didik), “cukup” sebesar 32,56% (14 peserta didik), “baik” sebesar 27,91% (12 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,65% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 16,74, kelincahan peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

c. Koordinasi

Deskriptif statistik koordinasi peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 6,00, skor tertinggi (*maksimum*) 14,00, rerata (*mean*) 10,67, nilai tengah (*median*) 11,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 13,00, *standar deviasi* (SD) 1,95. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Koordinasi Peserta Didik Putra

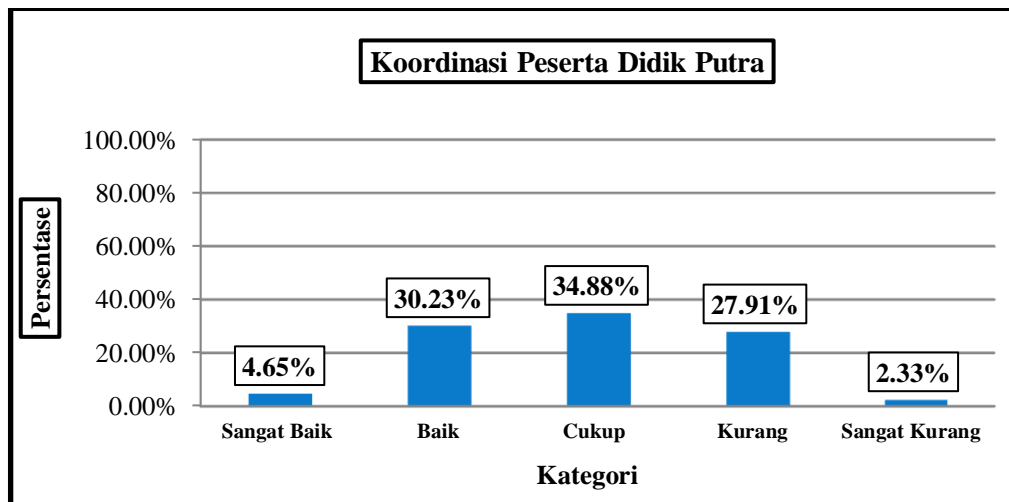
Statistik	
<i>N</i>	43
<i>Mean</i>	10,67
<i>Median</i>	11,00
<i>Mode</i>	13,00
<i>Std, Deviation</i>	1,95
<i>Minimum</i>	6,00
<i>Maimum</i>	14,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, koordinasi peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Norma Penilaian Koordinasi Peserta Didik Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	13,61 <	Sangat Baik	2	4.65%
2	11,66 - 13,60	Baik	13	30.23%
3	9,71 - 11,65	Cukup	15	34.88%
4	7,76 - 9,70	Kurang	12	27.91%
5	≤ 7,75	Sangat Kurang	1	2.33%
Jumlah			43	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 10 tersebut di atas, koordinasi peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 5 sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Batang Koordinasi Peserta Didik Putra

Berdasarkan tabel 10 dan gambar 5 di atas menunjukkan bahwa koordinasi peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 2,33% (1 peserta didik), “kurang” sebesar 27,91% (12 peserta didik), “cukup” sebesar 34,88% (15 peserta didik), “baik” sebesar 30,23% (13 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,65% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 10,67, koordinasi peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

d. Keseimbangan

Deskriptif statistik keseimbangan peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 9,43, skor tertinggi (*maksimum*) 46,12, rerata (*mean*) 27,55, nilai tengah (*median*) 27,27, nilai yang sering muncul (*mode*) 20,90, *standar deviasi* (SD) 10,29. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Keseimbangan Peserta Didik Putra

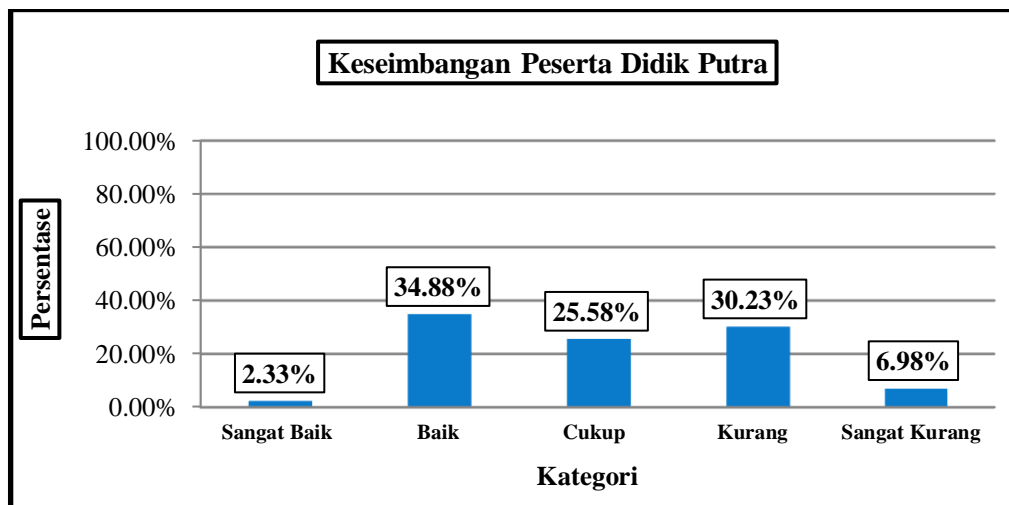
Statistik	
<i>N</i>	43
<i>Mean</i>	27,55
<i>Median</i>	27,27
<i>Mode</i>	20,90 ^a
<i>Std, Deviation</i>	10,29
<i>Minimum</i>	9,43
<i>Maimum</i>	46,12

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keseimbangan peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates disajikan pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Norma Penilaian Keseimbangan Peserta Didik Putra

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	42,99 <	Sangat Baik	1	2.33%
2	32,70 - 42,98	Baik	15	34.88%
3	22,42 - 32,69	Cukup	11	25.58%
4	12,13 - 22,41	Kurang	13	30.23%
5	≤ 12,12	Sangat Kurang	3	6.98%
Jumlah			43	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 12 tersebut di atas, keseimbangan peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 6 sebagai berikut:



Gambar 6. Diagram Batang Keseimbangan Peserta Didik Putra

Berdasarkan tabel 12 dan gambar 6 di atas menunjukkan bahwa keseimbangan peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,98% (3 peserta didik), “kurang” sebesar 30,23% (13 peserta didik), “cukup” sebesar 25,58% (11 peserta didik), “baik” sebesar 34,88% (15 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 2,33% (1 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 27,55, keseimbangan peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

2. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri

Deskriptif statistik kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 141,19, skor tertinggi (*maksimum*) 246,31, rerata (*mean*) 200,00, nilai tengah (*median*) 199,37, nilai yang sering muncul (*mode*) 206,46, *standar deviasi* (SD) 20,20. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 13 sebagai berikut:

Tabel 13. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri

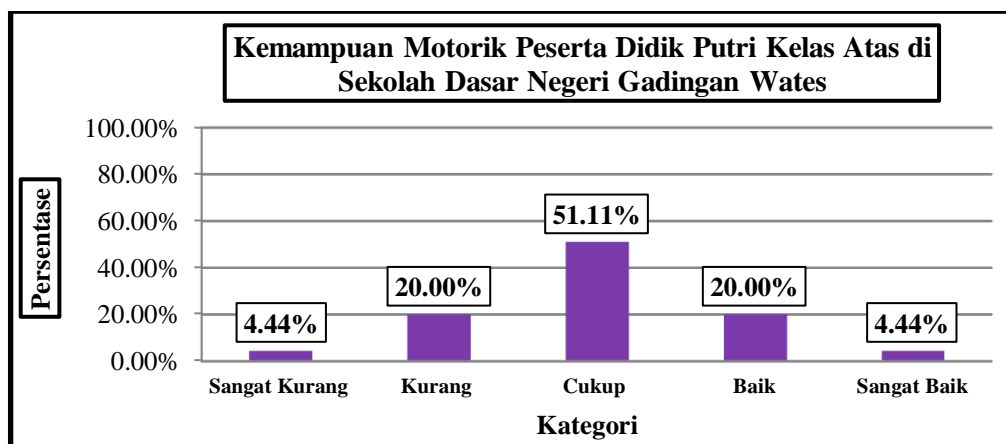
Statistik	
<i>N</i>	45
<i>Mean</i>	200,00
<i>Median</i>	199,37
<i>Mode</i>	206,46 ^a
<i>Std. Deviation</i>	20,2022
<i>Minimum</i>	141,19
<i>Maimum</i>	246,31

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates disajikan pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 14. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	230,31 <	Sangat Baik	2	4.44%
2	210,11 - 230,30	Baik	9	20.00%
3	189,91 - 210,10	Cukup	23	51.11%
4	169,71 - 189,90	Kurang	9	20.00%
5	≤ 169,70	Sangat Kurang	2	4.44%
Jumlah			45	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 14 tersebut di atas, kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 7 sebagai berikut:



Gambar 7. Diagram Batang Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates

Berdasarkan tabel 14 dan gambar 7 di atas menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4,44% (2 peserta didik), “kurang” sebesar 20,00% (9 peserta didik), “cukup” sebesar 51,11% (23 peserta didik), “baik” sebesar 20,00% (9 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,44% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 200,00, kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

a. Kecepatan Lari 30 m

Deskriptif statistik kecepatan lari 30 m peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 6,00, skor tertinggi (*maksimum*) 7,57, rerata (*mean*) 6,58, nilai tengah (*median*) 6,57, nilai yang sering muncul (*mode*) 6,00, *standar deviasi* (SD) 0,38. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 15 sebagai berikut:

Tabel 15. Deskriptif Statistik Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putri

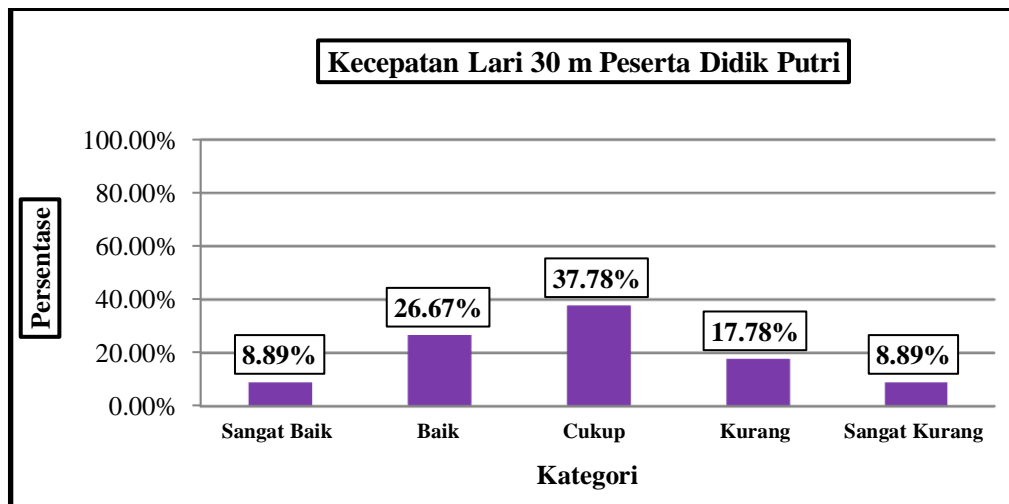
Statistik	
<i>N</i>	45
<i>Mean</i>	6,58
<i>Median</i>	6,57
<i>Mode</i>	6,00 ^a
<i>Std, Deviation</i>	0,38
<i>Minimum</i> (tercepat)	6,00
<i>Maimum</i> (terlambat)	7,57

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kecepatan lari 30 m peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates disajikan pada tabel 16 sebagai berikut:

Tabel 16. Norma Penilaian Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	7,17 <	Sangat Kurang	4	8.89%
2	6,79 - 7,16	Kurang	8	17.78%
3	6,40 - 6,78	Cukup	17	37.78%
4	6,02 - 6,39	Baik	12	26.67%
5	≤ 6,01	Sangat Baik	4	8.89%
Jumlah			45	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 16 tersebut di atas, kecepatan lari 30 m peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 8 sebagai berikut:



Gambar 8. Diagram Batang Kecepatan Lari 30 m Peserta Didik Putri

Berdasarkan tabel 16 dan gambar 8 di atas menunjukkan bahwa kecepatan lari 30 m peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 8,89% (4 peserta didik), “kurang” sebesar 17,78% (8 peserta didik), “cukup” sebesar 37,78% (17 peserta didik), “baik” sebesar 26,67% (12 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 8,89% (4 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 6,58, kecepatan lari 30 m peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

b. Kelincahan

Deskriptif statistik kelincahan peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 16,04, skor tertinggi (*maksimum*) 19,76, rerata (*mean*) 17,75, nilai tengah (*median*) 17,77, nilai yang sering muncul (*mode*) 16,32, *standar deviasi* (SD) 0,97. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 17 sebagai berikut:

Tabel 17. Deskriptif Statistik Kelincahan Peserta Didik Putri

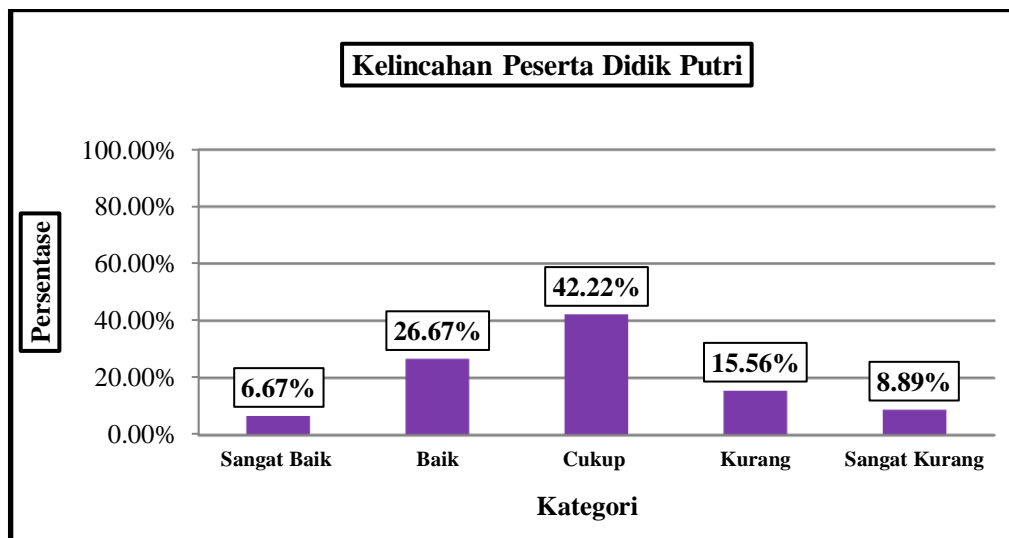
Statistik	
<i>N</i>	45
<i>Mean</i>	17,75
<i>Median</i>	17,77
<i>Mode</i>	16,32 ^a
<i>Std, Deviation</i>	0,97
<i>Minimum</i> (tercepat)	16,04
<i>Maimum</i> (terlambat)	19,76

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kelincahan peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates disajikan pada tabel 18 sebagai berikut:

Tabel 18. Norma Penilaian Kelincahan Peserta Didik Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	19,22 <	Sangat Kurang	4	8,89%
2	18,24 - 19,21	Kurang	7	15,56%
3	17,27 - 18,23	Cukup	19	42,22%
4	16,30 - 17,26	Baik	12	26,67%
5	≤ 16,29	Sangat Baik	3	6,67%
Jumlah			45	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 18 tersebut di atas, kelincahan peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 9 sebagai berikut:



Gambar 9. Diagram Batang Kelincahan Peserta Didik Putri

Berdasarkan tabel 18 dan gambar 9 di atas menunjukkan bahwa kelincahan peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 8,89% (4 peserta didik), “kurang” sebesar 15,56% (7 peserta didik), “cukup” sebesar 42,22% (19 peserta didik), “baik” sebesar 26,67% (12 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 8,89% (4 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 17,75, kelincahan peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

c. Koordinasi

Deskriptif statistik koordinasi peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 3,00, skor tertinggi (*maksimum*) 12,00, rerata (*mean*) 6,82, nilai tengah (*median*) 7,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 4,00, *standar deviasi* (SD) 2,15. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 19 sebagai berikut:

Tabel 19. Deskriptif Statistik Koordinasi Peserta Didik Putri

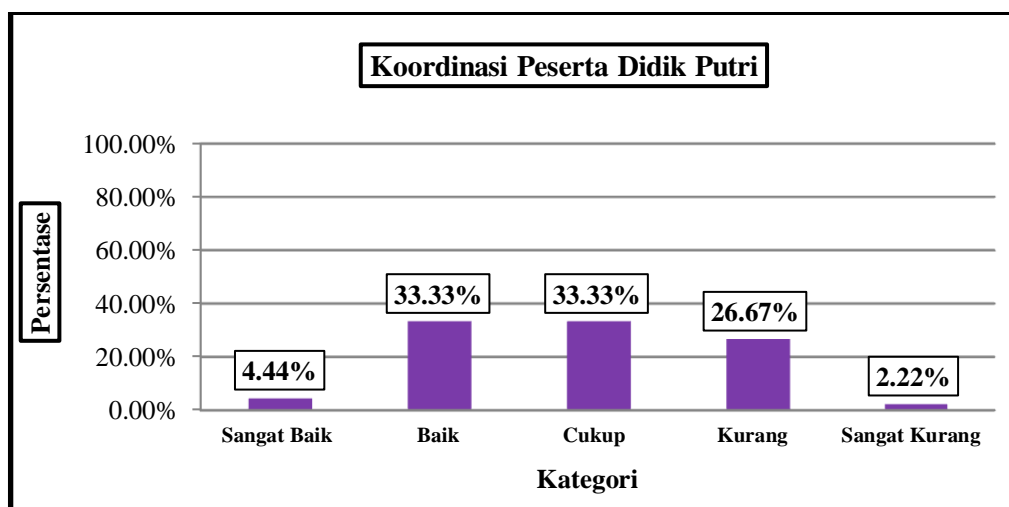
Statistik	
<i>N</i>	45
<i>Mean</i>	6,82
<i>Median</i>	7,00
<i>Mode</i>	4,00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	2,15
<i>Minimum</i>	3,00
<i>Maimum</i>	12,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, koordinasi peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates disajikan pada tabel 20 sebagai berikut:

Tabel 20. Norma Penilaian Koordinasi Peserta Didik Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	10,05 <	Sangat Baik	2	4.44%
2	7,91 - 10,04	Baik	15	33.33%
3	5,76 - 7,90	Cukup	15	33.33%
4	3,61 - 5,75	Kurang	12	26.67%
5	≤ 3,60	Sangat Kurang	1	2.22%
Jumlah			45	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 20 tersebut di atas, koordinasi peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 10 sebagai berikut:



Gambar 10. Diagram Batang Koordinasi Peserta Didik Putri

Berdasarkan tabel 20 dan gambar 10 di atas menunjukkan bahwa koordinasi peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 2,22% (1 peserta didik), “kurang” sebesar 26,67% (12 peserta didik), “cukup” sebesar 33,33% (15 peserta didik), “baik” sebesar 33,33% (15 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,44% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 6,82, koordinasi peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

d. Keseimbangan

Deskriptif statistik keseimbangan peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 9,45, skor tertinggi (*maksimum*) 46,12, rerata (*mean*) 27,55, nilai tengah (*median*) 27,27, nilai yang sering muncul (*mode*) 20,90, *standar deviasi* (SD) 10,29. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 21 sebagai berikut:

Tabel 21. Deskriptif Statistik Keseimbangan Peserta Didik Putri

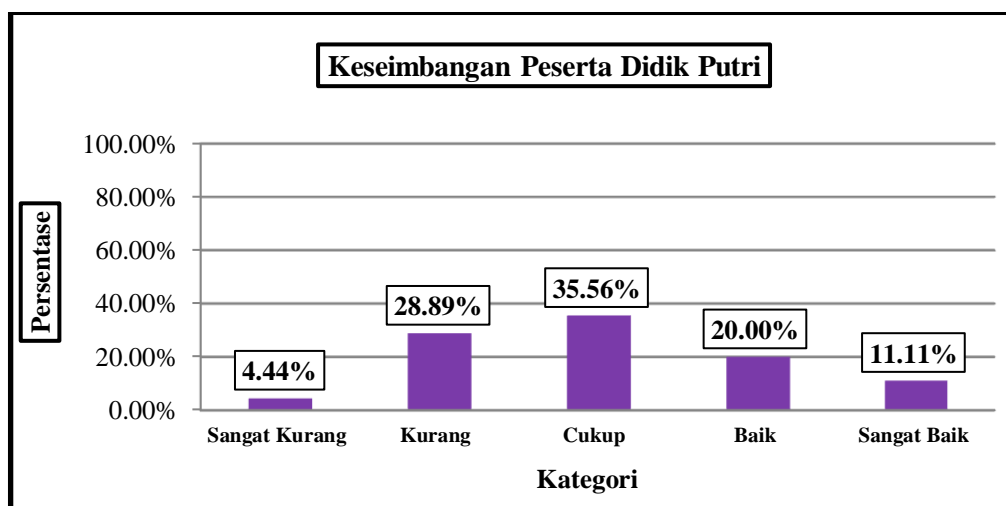
Statistik	
<i>N</i>	45
<i>Mean</i>	24,48
<i>Median</i>	25,04
<i>Mode</i>	31,04
<i>Std, Deviation</i>	4,86
<i>Minimum</i>	16,31
<i>Maimum</i>	34,02

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keseimbangan peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates disajikan pada tabel 22 sebagai berikut:

Tabel 22. Norma Penilaian Keseimbangan Peserta Didik Putri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	31,78 <	Sangat Baik	2	4.44%
2	26,92 - 31,77	Baik	13	28.89%
3	22,06 - 26,91	Cukup	16	35.56%
4	17,20 - 22,05	Kurang	9	20.00%
5	≤ 17,19	Sangat Kurang	5	11.11%
Jumlah			45	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 22 tersebut di atas, keseimbangan peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 11 sebagai berikut:



Gambar 11. Diagram Batang Keseimbangan Peserta Didik Putri

Berdasarkan tabel 22 dan gambar 11 di atas menunjukkan bahwa keseimbangan peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 11,11% (5 peserta didik), “kurang” sebesar 20,00% (9 peserta didik), “cukup” sebesar 35,56% (16 peserta didik), “baik” sebesar 28,89% (13 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,44% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 24,48, keseimbangan peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates, yang terdiri atas tes lari cepat 30 meter, tes *shuttle-run* 4 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *Stork Stand Positional Balance*. Hasil penelitian menunjukkan kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “cukup”. Hasil rangkuman secara keseluruhan kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates, disajikan pada tabel 23 sebagai berikut:

Tabel 23. Rangkuman Hasil Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates

Kategori	Kecepatan		Kelincahan		Koordinasi		Keseimbangan	
	Pa	Pi	Pa	Pi	Pa	Pi	Pa	Pi
Sangat Baik	4,65%	8,89%	4,65%	6,67%	4,65%	4,44%	2,33%	4,44%
Baik	20,93%	26,67%	27,91%	26,67%	30,23%	33,33%	34,88%	28,89%
Cukup	55,81%	37,78%	32,56%	42,22%	34,88%	33,33%	25,58%	35,56%
Kurang	11,63%	17,78%	27,91%	15,56%	27,91%	26,67%	30,23%	20,00%
Sangat Kurang	6,98%	8,89%	6,98%	8,89%	2,33%	2,22%	6,98%	11,11%
Jumlah	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Dari hasil data yang diperoleh di atas merupakan keragaman kategori kemampuan motorik siswa yang dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, karena tidak semua orang harus menguasai secara keseluruhan unsur-unsur dari kemampuan motorik tersebut, setiap orang mempunyai kelebihan dan kekurangan untuk dapat menguasai unsur-unsur kemampuan motorik secara keseluruhan karena kemampuan motorik dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri sendiri anak

(intrinsik) dan faktor dari luar (ekstrinsik). Faktor intrinsik meliputi kondisi psikologis baik itu intelektual maupun non intelektual misalnya Biomotor adalah kemampuan gerakan manusia yang dipengaruhi oleh sistem-sistem organ dalam diantaranya adalah sistem neuromuscular, pernafasan, peredaran darah, energi, tulang dan persendian. Hampir semua aktifitas gerak dalam olahraga selalu mengandung unsur-unsur kekuatan, kecepatan dan gerak kompleks yang memerlukan keleluasaan gerak persendian. Dengan demikian komponen biomotor adalah keseluruhan dari kondisi fisik olahragawan. Komponen dasar biomotor meliputi kekuatan, kecepatan, ketahanan, koordinasi dan fleksibilitas (Bompa, 1994: 259). Adapun komponen lain merupakan perpaduan dari beberapa komponen sehingga membentuk istilah sendiri. Sebagai contoh, gabungan atau hasil kali dari kekuatan dengan kecepatan, kelincahan merupakan gabungan dari kecepatan dengan koordinasi, sedangkan faktor ekstrinsik meliputi lingkungan sosial, budaya, keluarga, dan lain lain. Sukoco (2004: 6) menyatakan beberapa faktor lingkungan yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik adalah faktor budaya, faktor keadaan alam, faktor kebiasaan keluarga, faktor kesukuan, dan faktor sosial.

Selain itu, pembatasan aktivitas gerak pada anak akan sangat merugikan bagi perkembangan kemampuan motorik kasar anak, karena anak akan kurang memiliki pengalaman gerak. Untuk anak yang seumur, biasanya anak laki-laki lebih kuat dan banyak memperoleh pengalaman untuk menyesuaikan dengan tugas gerak yang selalu dihadapi, karena kemampuan motorik anak laki-laki biasanya lebih baik daripada anak perempuan. Tetapi tidak selalu demikian, Jenis

kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan kemampuan motorik tetapi bukan satu-satunya, karena masih banyak faktor lain yang mempengaruhi kemampuan motorik kasar anak.

Kiram (1992: 67) menyatakan bahwa kemampuan seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda. Perbedaan tersebut antara lain dikarenakan oleh: (1) Perbedaan kemampuan kondisi dan koordinasi yang dimiliki, (2) Perbedaan umur, (3) Perbedaan pengalaman gerakan (banyak atau sedikit), (4) Perbedaan jenis kelamin, (5) Perbedaan tujuan dan motivasi dalam mempelajari suatu keterampilan motorik, (6) Perbedaan kemampuan kognitif, (7) Perbedaan frekuensi latihan. Hasil penelitian ini hanya sebatas menegaskan bahwa ada banyak unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik seseorang, 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 dapat mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap orang tidak hanya dapat dilihat melalui satu faktor saja, akan tetapi juga melalui berbagai faktor-faktor lainnya.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Tidak tertutup kemungkinan para peserta didik kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan tes.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi tes kemampuan motorik, yaitu faktor psikologis dan fisiologis.

3. Tidak memperhitungkan masalah waktu dan keadaan tempat pada saat dilaksanakan tes.
4. Tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan waktu mengonsumsi makanan orang coba sebelum tes.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,98% (3 peserta didik), “kurang” sebesar 30,23% (13 peserta didik), “cukup” sebesar 25,58% (11 peserta didik), “baik” sebesar 32,56% (14 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,65% (2 peserta didik).
2. Kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4,44% (2 peserta didik), “kurang” sebesar 20,00% (9 peserta didik), “cukup” sebesar 51,11% (23 peserta didik), “baik” sebesar 20,00% (9 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,44% (2 peserta didik).

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Peserta didik untuk mempertahankan dan meningkatkan kemampuan motoriknya.
2. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang tingkat kemampuan motorik, sehingga dapat digunakan sebagai motivasi agar peserta didik terus

belajar gerak, sedangkan bagi guru PJOK menjadi bahan evaluasi keberhasilan terhadap pembelajaran motorik yang dilakukan.

3. Guru dan peserta didik dapat mengetahui tingkat kemampuan motoriknya, sehingga bagi guru dan peserta didik untuk lebih menjaga dan mempertahankan kemampuan motoriknya menjadi lebih baik.
4. Dengan diketahui kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates, dapat digunakan untuk mengetahui kemampuan motorik peserta didik di sekolah lain.

C. Saran-saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi guru, hendaknya memperhatikan kemampuan motorik peserta didik agar lebih meningkat dan selalu memotivasi peserta didik untuk giat berolahraga.
2. Bagi peserta didik agar menambah latihan-latihan lain, yang mendukung dalam mengembangkan kemampuan motoriknya.
3. Bagi peserta didik hendaknya melakukan olahraga di luar jadwal pembelajaran di sekolah dan menjaga dari segi kedisiplinan latihan dan asupan makanan agar semakin mendukung kemampuan motorik bagi yang kurang.

DAFTAR PUSTAKA

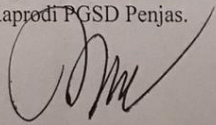
- Akhiruyanto, A. (2008). Model pembelajaran pendidikan jasmani dengan pendekatan permainan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 2.
- Allen & Marotz. (2010). *Profil perkembangan anak*. Jakarta : PT Indexs.
- Ardiyanto, A & Sukoco, P. (2014). Pengembangan model pembelajaran berbasis permainan tradisional untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan. *Jurnal Keolahragaan*, Volume 2, Nomor 2.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryamanesh, S. & Sayyah, M. (2014). Effect of Some selected Games on the Development of Locomotor Skills in 4-6 Year-Old Preschool Boys. *International Journal of Sport Studies*. Vol, 4 (6), 648-652.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Bompa, O.T. (1994). *Theory and methodology of training*. Toronto: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Desmita. (2009). *Psikologi perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Firmansyah, H. (2009). Hubungan motivasi berprestasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 6, Nomor 1.
- Griffiths, L. J., et.al, (2010). Association between sport and screen-entertainment with mental health problems 5-year-old children. *International Journal of Behavioral Nutrition and Activity*. (87): 512-37.
- Hurlock, E.B. (2008). *Perkembangan anak jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Husdarta & Saputra, Y.M. (2000). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Erlangga
- Irianto, D.P. (2002). *Dasar kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Kamtini & Tanjung, H.W. (2005). *Bermain melalui gerak dan lagu di Taman kanak-kanak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Kiram, Y. (1992). *Belajar motorik*. Jakarta: Depdiknas.

- Lutan, R. (2001). *Pendidikan kebugaran jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Murti, T. (2018). Perkembangan fisik motorik dan perseptual serta implikasinya pada pembelajaran di sekolah dasar. *Wahana Sekolah Dasar (Kajian Teori dan Praktik Pendidikan)*, Volume 26, Nomor 1, halaman 21-28.
- Musfiqon. (2012). *Pengembangan media dan sumber pembelajaran*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya.
- Muthohir, T.C & Gusril. (2004). *Perkembangan motorik pada masa anak-anak*. Jakarta: Depdikbud RI.
- Nurhasan. (2007). *Tes dan pengukuran*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- Prasetyo, A & Suhartini, B. (2014). Kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolabasket SMAN 3 Bantul. *MEDIKORA*, Vol. XII No. 1.
- Rahyubi, H. (2012). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik deskripsi dan tinjauan kritis*. Bandung: Nusa Media.
- Sajoto, M. (1988). *Pembinaan kondisi fisik dalam olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar evaluasi pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sujarwo & Cukup Pahala Widi. (2015). Kemampuan motorik kasar dan halus anak usia 4-6 tahun. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 11, Nomor 2.
- Sukadiyanto. (2010). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Bandung: CV Lubuk Agung.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukintaka. (2001). *Teori pendidikan Jasmani*. Solo: Esa Grafika.
- Turvina Endang Purwaningsih. (2015). *Tingkat kemampuan motorik siswa kelas I Sekolah Dasar di Pondok Pesantren Sunan Pandanaran*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Windu Agung Prasetyo. (2010). *Kemampuan motorik kasar peserta didik kelas IV, V, VI Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Wonokromo Pleret Bantul Yogyakarta*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.


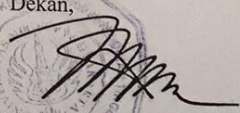
- Yudanto. (2005). Pengembangan gerak dasar lari dan lompat melalui pendekatan bermain di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 3, No. 1,
- _____. (2006). Upaya mengembangkan kemampuan motorik anak prasekolah. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 3, Nomor 3,
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zulkifli. (2005). *Psikologi perkembangan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

LAMPIRAN


Lampiran 1. Lembar Pembimbing Proposal TAS

	<p>KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 513092,586168</p>
<hr/>	
<p>Nomor : 08/PGSD Penjas/XII/2018 Lamp : 1 Bendel Hal : Pembimbing Proposal TAS</p>	
<p>Kepada Yth : Dr. Yudanto, M.Pd Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta</p>	
<p>Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :</p>	
Nama	: Mohamad Sabar Rinaldi
NIM	: 15604221029
Judul Skripsi	: Tingkat Kemampuan MotorikSiswa Kelas Atasdi Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates Tahun 2018/2019
<p>Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.</p>	
<p>Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.</p>	
<p>Yogyakarta, 26 Desember 2018 Kaprod PGSD Penjas.</p> 	
<p>Dr. Subagyo, M.Pd NIP. 19561107 198203 1 003</p>	
Tembuan :	
1. Prodi	
2. Ybs	

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

	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 : 01.31/UN.34.16/PP/2019.	24 Januari 2019.
Lamp. : 1 Eks.	
Hal : Permohonan Izin Penelitian.	
Kepada Yth. Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Daerah Istimewa Yogyakarta. Jl. Jenderal Sudirman No. 5 Yogyakarta.	
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	: Muhamad Sabar Rinaldi
NIM	: 15604221029
Program Studi	: PGSD Penjas.
Dosen Pembimbing	: Dr. Yudanto, M.Pd.
NIP	: 198107022005011001
Penelitian akan dilaksanakan pada :	
Waktu	: Januari s/d Februari 2019
Tempat	: SD Negeri Gadingan Wates Kulonprogo.
Judul Skripsi	: Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates.
Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.	
	Dekan,  Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. NIP. 19640707 198812 1 001
Tembusan :	
1. Kepala SD Negeri Gadingan.	
2. Kaprodi PGSD Penjas.	
3. Pembimbing Tas.	
4. Mahasiswa ybs.	

Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri Gadingan

**PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO**
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SD NEGERI GADINGAN
Alamat : Durungan, Wates, Kulon Progo Kode Pos 55611 Telp 0274773897
Email: gadingansd@gmail.com

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 008 /S.Ket.Gad/II/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini :


Nama : CICILIA SRININGSIH, S.Pd
NIP : 19730220 199803 2 003
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Negeri Gadingan

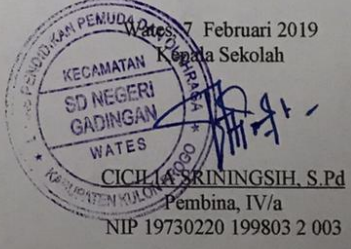
Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa:

Nama : MUHAMAD SABAR RINALDI
NIM : 15604221029
Program Studi : PGSD Penjas
Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan penelitian berupa pengambilan data pada tanggal 7 Februari 2019, untuk memenuhi tugas Skripsi dengan judul "TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS ATAS DI SEKOLAH DASAR NEGERI GADINGAN WATES".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wates, 7 Februari 2019
Kepala Sekolah

CICILIA SRININGSIH, S.Pd
Pembina, IV/a
NIP 19730220 199803 2 003



Lampiran 4. Data Penelitian Keseluruhan

DATA PESERTA DIDIK PUTRA

No	Nama	Lari 3 m (detik)		Kelincahan (detik)		Koordinasi		Keseimbangan (detik)		Jumlah T Skor
		Nilai	T Skor	Nilai	T Skor	Nilai	T Skor	Nilai	T Skor	
1	Agung Dwi Wijayanto	6.11	54.56	16.2	56.09	14	67.07	31.11	53.46	231.18
2	Andika Pratama Putra	5.95	57.48	15.65	62.32	13	61.94	32.2	54.52	236.25
3	Angger Probojati	6.04	55.84	17.5	41.35	10	46.54	29.2	51.60	195.33
4	Arifa Javarudin	6.02	56.20	16.1	57.22	11	51.67	34.2	56.46	221.56
5	Ayyaas Ammaar N	6.43	48.74	17.56	40.67	13	61.94	22.8	45.38	196.73
6	Bayu Adji Soekotjo	6.23	52.38	16.87	48.49	11	51.67	12.32	35.19	187.74
7	Hermawan Susanto	5.61	63.66	15.65	62.32	13	61.94	29.23	51.63	239.55
8	Mohammad Nashiruddin Al	5.79	60.39	16.56	52.01	10	46.54	35.55	57.78	216.71
9	Muhammad Nur Raihan	6.59	45.83	17.37	42.83	13	61.94	41.2	63.27	213.86
10	Nabil Khivalean Alwan	6.45	48.38	16.56	52.01	12	56.80	25.07	47.59	204.78
11	Rangga Setiyamahardika	6.67	44.38	15.47	64.36	13	61.94	17.4	40.13	210.80
12	Ritwin Dihan Redana	6.67	44.38	17.57	40.56	12	56.80	39.18	61.30	203.05
13	Wisnu Brilliant Mahendra	6.35	50.20	17.64	39.77	14	67.07	33.2	55.49	212.53
14	Yudistira Tunggul A	6.25	52.02	16.21	55.98	13	61.94	27.67	50.11	220.04
15	Azka Hibatul Azizi	6.35	50.20	16.32	54.73	9	41.41	42.2	64.24	210.57
16	Dian Ramadhan	6.6	45.65	17.45	41.92	10	46.54	27.2	49.66	183.77
17	Enggar Ferdianto	6.55	46.56	16.02	58.13	13	61.94	42.8	64.82	231.45
18	Farel Hazalra Carinzah	6.57	46.20	16.34	54.50	9	41.41	38.56	60.70	202.81
19	Gizka Fadilla	6.55	46.56	17.11	45.77	6	26.01	37.31	59.49	177.83
20	Habib Aji Setyawan	5.36	68.21	15.77	60.96	9	41.41	46.12	68.05	238.63
21	Heri Wibowo	5.89	58.57	15.61	62.78	8	36.27	39.24	61.36	218.98

22	Imam Ahmad Roviq A K	6.22	52.56	16.59	51.67	13	61.94	21.8	44.41	210.58
23	Latif Zidni Al Azmi	6.18	53.29	15.38	65.38	8	36.27	27.27	49.73	204.67
24	Maulana Muh Rifa'i	5.91	58.20	16.44	53.37	9	41.41	41.11	63.18	216.16
25	Muhammad Muflih Akmal	6.12	54.38	16.61	51.44	11	51.67	42.2	64.24	221.74
26	Rafly Ahmad Fauzy	5.55	64.75	16.53	52.35	8	36.27	39.2	61.32	214.70
27	Rio Keysa Pratama	5.33	68.76	15.62	62.66	10	46.54	34.2	56.46	234.42
28	Septiyawan Hermantoko	5.81	60.02	15.37	65.50	8	36.27	32.8	55.10	216.89
29	Umar Abdurrahman	6.12	54.38	16.2	56.09	12	56.80	21.8	44.41	211.68
30	Zasella Dwi Putra Arteisya	6.72	43.47	16.65	50.99	10	46.54	20.9	43.53	184.53
31	Abel Ade Fahrizky	6.57	46.20	17.5	41.35	9	41.41	18.53	41.23	170.19
32	Al Fikhan Taffa Riil Akbar	6.46	48.20	16.1	57.22	8	36.27	18.26	40.97	182.66
33	Al Hiqni Bissolihin	7.37	31.64	17.56	40.67	13	61.94	12.13	35.01	169.26
34	Altaf Hendiawan	8.13	17.81	16.87	48.49	11	51.67	11.24	34.14	152.12
35	Fahrul Afrizal	7.82	23.45	17.65	39.65	10	46.54	9.43	32.38	142.03
36	Fajri Darma Wicaksana	6.79	42.19	16.56	52.01	10	46.54	22.71	45.29	186.03
37	Fergi Akbari	6.46	48.20	17.37	42.83	9	41.41	23.12	45.69	178.12
38	Guruh Balarama Larta	7.11	36.37	16.66	50.87	12	56.80	16.72	39.47	183.52
39	Hakim Wirayudha	6.37	49.83	18.21	33.31	11	51.67	20.81	43.45	178.26
40	Irsyad Nur Khayri Zain	6.55	46.56	17.25	44.19	11	51.67	20.9	43.53	185.95
41	Raihan Naufaldo	6.24	52.20	17.43	42.15	10	46.54	16.5	39.26	180.14
42	Rama Hendra Aditya	6.29	51.29	18.13	34.21	11	51.67	17.22	39.96	177.13
43	Zildan Ismail Kurniawan	6.37	49.83	19.49	18.80	9	41.41	12.12	35.00	145.04
Jumlah		273.52	2149.97	719.70	2149.97	459.00	2150.04	1184.73	2149.99	8599.97
Mean		6.36	50.00	16.74	50.00	10.67	50.00	27.55	50.00	200.00
Standar Deviasi		0.55	10,00	0.88	10,00	1.95	10,00	10.29	10,00	24.72

DATA PESERTA DIDIK PUTRI

No	Nama	Lari 3 m (detik)		Kelincahan (detik)		Koordinasi		Keseimbangan (detik)		Jumlah T Skor
		Nilai	T Skor	Nilai	T Skor	Nilai	T Skor	Nilai	T Skor	
1	Agustina Putri Ayu K	7,57	24,36	19,24	34,65	4	36,85	22,21	45,33	141,19
2	Atina Nur Aulia	7,3	31,38	18,74	39,8	9	60,15	32,01	65,5	196,82
3	Cheista Dwi Andini	7,03	38,4	17,91	48,34	8	55,49	19,2	39,13	181,36
4	Desinta Rahmawati	7,33	30,6	17,59	51,64	7	50,83	21,42	43,7	176,77
5	Devi Nadia Pramesti	6,24	58,94	18,46	42,68	9	60,15	23,5	47,98	209,75
6	Ghaniah Nur Asyifa	6	65,18	18,07	46,69	10	64,81	34,02	69,63	246,31
7	Laksmi Aulia Izzati	6,9	41,78	17,15	56,17	4	36,85	19,03	38,78	173,58
8	Nadiyah Rintan Wening	6,65	48,28	18,19	45,46	4	36,85	30,23	61,83	192,42
9	Naesya Fitri	6,89	42,04	18,73	39,9	9	60,15	28,57	58,42	200,51
10	Restu Wulandari	6,57	50,36	17,77	49,78	8	55,49	31,32	64,08	219,71
11	Rifda Deby Putri Sagita	6,34	56,34	18,2	45,36	10	64,81	17,01	34,63	201,13
12	Royaninda Ashfina Lulu	6,9	41,78	18,6	41,24	5	41,51	31,04	63,5	188,03
13	Savina Meydiana Azhar	6,4	54,78	18,19	45,46	6	46,17	17,07	34,75	181,15
14	Syfa Ayu Khumairoh	6,72	46,46	19,09	36,19	11	69,47	19,14	39,01	191,13
15	Yaffa Luthfi Nur Alifka	6,51	51,92	18,01	47,31	8	55,49	22,39	45,7	200,42
16	Yaltamizul Gari Firdausi	6,67	47,76	17,42	53,39	9	60,15	19,09	38,91	200,2
17	Adha Rasty Mohayani	7	39,18	18,53	41,96	9	60,15	26,11	53,35	194,64
18	Amelia Indah Cahyani	6,5	52,18	16,91	58,64	7	50,83	27,25	55,7	217,35
19	Aulia	6,39	55,04	19,76	29,29	7	50,83	28,21	57,68	192,84
20	Diah Widiastuti	6,3	57,38	17,74	50,09	9	60,15	19,23	39,2	206,81
21	Elsya Alfiani	6,67	47,76	16,22	65,74	8	55,49	27,43	56,07	225,06
22	Haning Ilda Agustin	6,78	44,9	16,65	61,31	12	74,13	31,04	63,5	243,85

23	Khoirunadia Zahrani	6,8	44,38	17,46	52,97	9	60,15	26,04	53,21	210,71
24	Latifatul Hotimah	6	65,18	16,32	64,71	6	46,17	23,32	47,61	223,67
25	Lestari Pusparahmawati	6,45	53,48	17,85	48,96	7	50,83	26,03	53,19	206,46
26	Nabila Nazhifah Putri	6,08	63,1	16,64	61,42	6	46,17	25,04	51,15	221,83
27	Nur Syifa Ramadhania	6,34	56,34	17,51	52,46	8	55,49	16,33	33,23	197,51
28	Nurul Ambarwati	6,66	48,02	16,83	59,46	7	50,83	16,31	33,19	191,49
29	Rahma Nabil Agustin	7,39	29,04	19,76	29,29	7	50,83	21,21	43,27	152,43
30	Zalfa Fitria Ramadhani	6,3	57,38	18,07	46,69	4	36,85	19,23	39,2	180,11
31	Ajeng Ayu Ratna S	6,67	47,76	16,04	67,59	8	55,49	27,43	56,07	226,91
32	Alfitria Lailasari	6,78	44,9	16,65	61,31	4	36,85	31,04	63,5	206,56
33	Amanda Eka Arrul N	6,8	44,38	17,23	55,34	3	32,19	26,04	53,21	185,12
34	Ashwaratu Salsabila	6	65,18	16,19	66,05	6	46,17	23,32	47,61	225,01
35	Astriaana Mega Aurellia	6,45	53,48	17,18	55,86	4	36,85	26,03	53,19	199,37
36	Helga Cahya Rahmawati	6,08	63,1	16,64	61,42	6	46,17	25,04	51,15	221,83
37	Latifa Rahmawati H	6,34	56,34	17,51	52,46	5	41,51	16,33	33,23	183,53
38	Meivanie Revan Dhitya	6,39	55,04	19,16	35,47	7	50,83	28,21	57,68	199,01
39	Nur A'ini Azizah	6,3	57,38	17,19	55,75	4	36,85	19,23	39,2	189,17
40	Paulina Setyawati	6,67	47,76	16,32	64,71	4	36,85	27,43	56,07	205,39
41	Rekha Hening Astari	6,78	44,9	18,21	45,25	5	41,51	31,04	63,5	195,16
42	Renata Ega Praestyani	6,8	44,38	17,46	52,97	5	41,51	26,04	53,21	192,07
43	Rizka Khoiriyah	6	65,18	19,32	33,82	6	46,17	23,32	47,61	192,78
44	Visa Aulia Nugraha	6,45	53,48	17,85	48,96	7	50,83	26,03	53,19	206,46
45	Yulia Wahyu Utami	6,08	63,1	18,14	45,97	6	46,17	25,04	51,15	206,39
Jumlah		296,27	2250,08	798,7	2249,98	307	2250,07	1101,6	2250	9000
Mean		6,58	50,00	17,75	50,00	6,82	50,00	24,48	50,00	200,00
Standar Deviasi		0,38	10,00	0,97	10,00	2,15	10,00	4,85	10,00	20,20

Lampiran 5. Deskriptif Statistik Berdasarkan T Skor

Statistics

		Kemampuan Motorik Siswa Putra	Kemampuan Motorik Siswa Putri
N	Valid	43	45
	Missing	2	0
Mean		199.9993	200.0000
Median		204.6700	199.3700
Mode		142.03 ^a	206.46 ^a
Std. Deviation		24.71899	20.20223
Minimum		142.03	141.19
Maximum		239.55	246.31
Sum		8599.97	9000.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Kemampuan Motorik Siswa Putra

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	142.03	1	2.2	2.3	2.3
	145.04	1	2.2	2.3	4.7
	152.12	1	2.2	2.3	7.0
	169.26	1	2.2	2.3	9.3
	170.19	1	2.2	2.3	11.6
	177.13	1	2.2	2.3	14.0
	177.83	1	2.2	2.3	16.3
	178.12	1	2.2	2.3	18.6
	178.26	1	2.2	2.3	20.9
	180.14	1	2.2	2.3	23.3
	182.66	1	2.2	2.3	25.6
	183.52	1	2.2	2.3	27.9
	183.77	1	2.2	2.3	30.2
	184.53	1	2.2	2.3	32.6
	185.95	1	2.2	2.3	34.9
	186.03	1	2.2	2.3	37.2
	187.74	1	2.2	2.3	39.5
	195.33	1	2.2	2.3	41.9
	196.73	1	2.2	2.3	44.2
	202.81	1	2.2	2.3	46.5
203.05	1	2.2	2.3	48.8	
204.67	1	2.2	2.3	51.2	
204.78	1	2.2	2.3	53.5	

	210.57	1	2.2	2.3	55.8
	210.58	1	2.2	2.3	58.1
	210.8	1	2.2	2.3	60.5
	211.68	1	2.2	2.3	62.8
	212.53	1	2.2	2.3	65.1
	213.86	1	2.2	2.3	67.4
	214.7	1	2.2	2.3	69.8
	216.16	1	2.2	2.3	72.1
	216.71	1	2.2	2.3	74.4
	216.89	1	2.2	2.3	76.7
	218.98	1	2.2	2.3	79.1
	220.04	1	2.2	2.3	81.4
	221.56	1	2.2	2.3	83.7
	221.74	1	2.2	2.3	86.0
	231.18	1	2.2	2.3	88.4
	231.45	1	2.2	2.3	90.7
	234.42	1	2.2	2.3	93.0
	236.25	1	2.2	2.3	95.3
	238.63	1	2.2	2.3	97.7
	239.55	1	2.2	2.3	100.0
	Total	43	95.6	100.0	
Missing	System	2	4.4		
Total		45	100.0		

Kemampuan Motorik Siswa Putri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	141.19	1	2.2	2.2	2.2
	152.43	1	2.2	2.2	4.4
	173.58	1	2.2	2.2	6.7
	176.77	1	2.2	2.2	8.9
	180.11	1	2.2	2.2	11.1
	181.15	1	2.2	2.2	13.3
	181.36	1	2.2	2.2	15.6
	183.53	1	2.2	2.2	17.8
	185.12	1	2.2	2.2	20.0
	188.03	1	2.2	2.2	22.2
	189.17	1	2.2	2.2	24.4
	191.13	1	2.2	2.2	26.7
	191.49	1	2.2	2.2	28.9

192.07	1	2.2	2.2	31.1
192.42	1	2.2	2.2	33.3
192.78	1	2.2	2.2	35.6
192.84	1	2.2	2.2	37.8
194.64	1	2.2	2.2	40.0
195.16	1	2.2	2.2	42.2
196.82	1	2.2	2.2	44.4
197.51	1	2.2	2.2	46.7
199.01	1	2.2	2.2	48.9
199.37	1	2.2	2.2	51.1
200.2	1	2.2	2.2	53.3
200.42	1	2.2	2.2	55.6
200.51	1	2.2	2.2	57.8
201.13	1	2.2	2.2	60.0
205.39	1	2.2	2.2	62.2
206.39	1	2.2	2.2	64.4
206.46	2	4.4	4.4	68.9
206.56	1	2.2	2.2	71.1
206.81	1	2.2	2.2	73.3
209.75	1	2.2	2.2	75.6
210.71	1	2.2	2.2	77.8
217.35	1	2.2	2.2	80.0
219.71	1	2.2	2.2	82.2
221.83	2	4.4	4.4	86.7
223.67	1	2.2	2.2	88.9
225.01	1	2.2	2.2	91.1
225.06	1	2.2	2.2	93.3
226.91	1	2.2	2.2	95.6
243.85	1	2.2	2.2	97.8
246.31	1	2.2	2.2	100.0
Total	45	100.0	100.0	

Lampiran 6. Deskriptif Statistik Peserta Didik Putra

Statistics

		Lari 30 m	Kelincahan	Koordinasi	Keseimbangan
N	Valid	43	43	43	43
	Missing	0	0	0	0
Mean		6.3609	16.7372	10.6744	27.5519
Median		6.3500	16.5900	11.0000	27.2700
Mode		6.55	16.56	13.00	20.90 ^a
Std. Deviation		.54964	.88234	1.94839	10.28598
Minimum		5.33	15.37	6.00	9.43
Maximum		8.13	19.49	14.00	46.12
Sum		273.52	719.70	459.00	1184.73

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lari 30 m

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5.33	1	2.3	2.3	2.3
	5.36	1	2.3	2.3	4.7
	5.55	1	2.3	2.3	7.0
	5.61	1	2.3	2.3	9.3
	5.79	1	2.3	2.3	11.6
	5.81	1	2.3	2.3	14.0
	5.89	1	2.3	2.3	16.3
	5.91	1	2.3	2.3	18.6
	5.95	1	2.3	2.3	20.9
	6.02	1	2.3	2.3	23.3
	6.04	1	2.3	2.3	25.6
	6.11	1	2.3	2.3	27.9
	6.12	2	4.7	4.7	32.6
	6.18	1	2.3	2.3	34.9
	6.22	1	2.3	2.3	37.2
	6.23	1	2.3	2.3	39.5
	6.24	1	2.3	2.3	41.9
	6.25	1	2.3	2.3	44.2
	6.29	1	2.3	2.3	46.5
	6.35	2	4.7	4.7	51.2
6.37	2	4.7	4.7	55.8	
6.43	1	2.3	2.3	58.1	
6.45	1	2.3	2.3	60.5	
6.46	2	4.7	4.7	65.1	
6.55	3	7.0	7.0	72.1	

6.57	2	4.7	4.7	76.7
6.59	1	2.3	2.3	79.1
6.6	1	2.3	2.3	81.4
6.67	2	4.7	4.7	86.0
6.72	1	2.3	2.3	88.4
6.79	1	2.3	2.3	90.7
7.11	1	2.3	2.3	93.0
7.37	1	2.3	2.3	95.3
7.82	1	2.3	2.3	97.7
8.13	1	2.3	2.3	100.0
Total	43	100.0	100.0	

Kelincahan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 15.37	1	2.3	2.3	2.3
15.38	1	2.3	2.3	4.7
15.47	1	2.3	2.3	7.0
15.61	1	2.3	2.3	9.3
15.62	1	2.3	2.3	11.6
15.65	2	4.7	4.7	16.3
15.77	1	2.3	2.3	18.6
16.02	1	2.3	2.3	20.9
16.1	2	4.7	4.7	25.6
16.2	2	4.7	4.7	30.2
16.21	1	2.3	2.3	32.6
16.32	1	2.3	2.3	34.9
16.34	1	2.3	2.3	37.2
16.44	1	2.3	2.3	39.5
16.53	1	2.3	2.3	41.9
16.56	3	7.0	7.0	48.8
16.59	1	2.3	2.3	51.2
16.61	1	2.3	2.3	53.5
16.65	1	2.3	2.3	55.8
16.66	1	2.3	2.3	58.1
16.87	2	4.7	4.7	62.8
17.11	1	2.3	2.3	65.1
17.25	1	2.3	2.3	67.4
17.37	2	4.7	4.7	72.1
17.43	1	2.3	2.3	74.4
17.45	1	2.3	2.3	76.7

17.5	2	4.7	4.7	81.4
17.56	2	4.7	4.7	86.0
17.57	1	2.3	2.3	88.4
17.64	1	2.3	2.3	90.7
17.65	1	2.3	2.3	93.0
18.13	1	2.3	2.3	95.3
18.21	1	2.3	2.3	97.7
19.49	1	2.3	2.3	100.0
Total	43	100.0	100.0	

Koordinasi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 6	1	2.3	2.3	2.3
8	5	11.6	11.6	14.0
9	7	16.3	16.3	30.2
10	8	18.6	18.6	48.8
11	7	16.3	16.3	65.1
12	4	9.3	9.3	74.4
13	9	20.9	20.9	95.3
14	2	4.7	4.7	100.0
Total	43	100.0	100.0	

Keseimbangan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 9.43	1	2.3	2.3	2.3
11.24	1	2.3	2.3	4.7
12.12	1	2.3	2.3	7.0
12.13	1	2.3	2.3	9.3
12.32	1	2.3	2.3	11.6
16.5	1	2.3	2.3	14.0
16.72	1	2.3	2.3	16.3
17.22	1	2.3	2.3	18.6
17.4	1	2.3	2.3	20.9
18.26	1	2.3	2.3	23.3
18.53	1	2.3	2.3	25.6
20.81	1	2.3	2.3	27.9
20.9	2	4.7	4.7	32.6
21.8	2	4.7	4.7	37.2

22.71	1	2.3	2.3	39.5
22.8	1	2.3	2.3	41.9
23.12	1	2.3	2.3	44.2
25.07	1	2.3	2.3	46.5
27.2	1	2.3	2.3	48.8
27.27	1	2.3	2.3	51.2
27.67	1	2.3	2.3	53.5
29.2	1	2.3	2.3	55.8
29.23	1	2.3	2.3	58.1
31.11	1	2.3	2.3	60.5
32.2	1	2.3	2.3	62.8
32.8	1	2.3	2.3	65.1
33.2	1	2.3	2.3	67.4
34.2	2	4.7	4.7	72.1
35.55	1	2.3	2.3	74.4
37.31	1	2.3	2.3	76.7
38.56	1	2.3	2.3	79.1
39.18	1	2.3	2.3	81.4
39.2	1	2.3	2.3	83.7
39.24	1	2.3	2.3	86.0
41.11	1	2.3	2.3	88.4
41.2	1	2.3	2.3	90.7
42.2	2	4.7	4.7	95.3
42.8	1	2.3	2.3	97.7
46.12	1	2.3	2.3	100.0
Total	43	100.0	100.0	

Lampiran 7. Deskriptif Statistik Peserta Didik Putri

Statistics

		Lari 30 m	Kelincahan	Koordinasi	Keseimbangan
N	Valid	45	45	45	45
	Missing	0	0	0	0
Mean		6.5838	17.7489	6.8222	24.4800
Median		6.5700	17.7700	7.0000	25.0400
Mode		6.00 ^a	16.32 ^a	4.00 ^a	31.04
Std. Deviation		.38467	.97126	2.14570	4.85903
Minimum		6.00	16.04	3.00	16.31
Maximum		7.57	19.76	12.00	34.02
Sum		296.27	798.70	307.00	1101.60

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lari 30 m

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	4	8.9	8.9	8.9
	6.08	3	6.7	6.7	15.6
	6.24	1	2.2	2.2	17.8
	6.3	3	6.7	6.7	24.4
	6.34	3	6.7	6.7	31.1
	6.39	2	4.4	4.4	35.6
	6.4	1	2.2	2.2	37.8
	6.45	3	6.7	6.7	44.4
	6.5	1	2.2	2.2	46.7
	6.51	1	2.2	2.2	48.9
	6.57	1	2.2	2.2	51.1
	6.65	1	2.2	2.2	53.3
	6.66	1	2.2	2.2	55.6
	6.67	4	8.9	8.9	64.4
	6.72	1	2.2	2.2	66.7
	6.78	3	6.7	6.7	73.3
	6.8	3	6.7	6.7	80.0
	6.89	1	2.2	2.2	82.2
	6.9	2	4.4	4.4	86.7
	7	1	2.2	2.2	88.9
7.03	1	2.2	2.2	91.1	
7.3	1	2.2	2.2	93.3	
7.33	1	2.2	2.2	95.6	
7.39	1	2.2	2.2	97.8	
7.57	1	2.2	2.2	100.0	
Total		45	100.0	100.0	

Kelincahan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16.04	1	2.2	2.2	2.2
	16.19	1	2.2	2.2	4.4
	16.22	1	2.2	2.2	6.7
	16.32	2	4.4	4.4	11.1
	16.64	2	4.4	4.4	15.6
	16.65	2	4.4	4.4	20.0
	16.83	1	2.2	2.2	22.2
	16.91	1	2.2	2.2	24.4
	17.15	1	2.2	2.2	26.7
	17.18	1	2.2	2.2	28.9
	17.19	1	2.2	2.2	31.1
	17.23	1	2.2	2.2	33.3
	17.42	1	2.2	2.2	35.6
	17.46	2	4.4	4.4	40.0
	17.51	2	4.4	4.4	44.4
	17.59	1	2.2	2.2	46.7
	17.74	1	2.2	2.2	48.9
	17.77	1	2.2	2.2	51.1
	17.85	2	4.4	4.4	55.6
	17.91	1	2.2	2.2	57.8
	18.01	1	2.2	2.2	60.0
	18.07	2	4.4	4.4	64.4
	18.14	1	2.2	2.2	66.7
	18.19	2	4.4	4.4	71.1
	18.2	1	2.2	2.2	73.3
	18.21	1	2.2	2.2	75.6
	18.46	1	2.2	2.2	77.8
	18.53	1	2.2	2.2	80.0
	18.6	1	2.2	2.2	82.2
	18.73	1	2.2	2.2	84.4
	18.74	1	2.2	2.2	86.7
	19.09	1	2.2	2.2	88.9
	19.16	1	2.2	2.2	91.1
	19.24	1	2.2	2.2	93.3
	19.32	1	2.2	2.2	95.6
	19.76	2	4.4	4.4	100.0
	Total	45	100.0	100.0	

Koordinasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	1	2.2	2.2	2.2
	4	8	17.8	17.8	20.0
	5	4	8.9	8.9	28.9
	6	7	15.6	15.6	44.4
	7	8	17.8	17.8	62.2
	8	6	13.3	13.3	75.6
	9	7	15.6	15.6	91.1
	10	2	4.4	4.4	95.6
	11	1	2.2	2.2	97.8
	12	1	2.2	2.2	100.0
Total		45	100.0	100.0	

Keseimbangan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16.31	1	2.2	2.2	2.2
	16.33	2	4.4	4.4	6.7
	17.01	1	2.2	2.2	8.9
	17.07	1	2.2	2.2	11.1
	19.03	1	2.2	2.2	13.3
	19.09	1	2.2	2.2	15.6
	19.14	1	2.2	2.2	17.8
	19.2	1	2.2	2.2	20.0
	19.23	3	6.7	6.7	26.7
	21.21	1	2.2	2.2	28.9
	21.42	1	2.2	2.2	31.1
	22.21	1	2.2	2.2	33.3
	22.39	1	2.2	2.2	35.6
	23.32	3	6.7	6.7	42.2
	23.5	1	2.2	2.2	44.4
	25.04	3	6.7	6.7	51.1
	26.03	3	6.7	6.7	57.8
	26.04	3	6.7	6.7	64.4
	26.11	1	2.2	2.2	66.7
	27.25	1	2.2	2.2	68.9
	27.43	3	6.7	6.7	75.6
	28.21	2	4.4	4.4	80.0
	28.57	1	2.2	2.2	82.2
	30.23	1	2.2	2.2	84.4

31.04	4	8.9	8.9	93.3
31.32	1	2.2	2.2	95.6
32.01	1	2.2	2.2	97.8
34.02	1	2.2	2.2	100.0
Total	45	100.0	100.0	

Lampiran 8. Data Peserta Didik Kelas Atas di SD Negeri Gadingan

PESERTA DIDIK KELAS IV

No	NIS	Nama Siswa	Jenis Kelamin		NISN
			L	P	
1	913	Agung Dwi Wijayanto	L	-	0096990041
2	914	Agustina Putri Ayu Kusuma	-	P	0082287324
3	878	Andika Pratama Putra	L	-	0077688906
4	915	Angger Probojati	L	-	0085090844
5	879	Arifa Javarudin	L	-	0074745300
6	880	Atina Nur Aulia	-	P	0076130476
7	917	Ayyaas Ammaar N	L	-	0086666690
8	918	Bayu Adji Soekotjo	L	-	0099775133
9	919	Cheista Dwi Andini	-	P	0088859366
10	921	Desinta Rahmawati	-	P	0083626315
11	922	Devi Nadia Pramesti	-	P	0081860168
12	923	Ghaniah Nur Asyifa	-	P	0087452710
13	924	Hermawan Susanto	L	-	0081848414
14	925	Laksmi Aulia Izzati	-	P	0089919152
15	894	Mohammad Nashiruddin Al	L	-	0073127431
16	926	Muhammad Nur Raihan	L	-	0082732286
17	927	Nabil Khivalean Alwan	L	-	0081914626
18	928	Nadiyah Rintan Wening Qolbu	-	P	0085170028
19	896	Naesya Fitri	-	P	0073486293
20	930	Rangga Setiyamahardika	L	-	0085457703
21	931	Restu Wulandari	-	P	0084052539
22	932	Rifda Deby Putri Sagita	-	P	0082583536
23	933	Ritwin Dihan Redana	L	-	0082868867
24	935	Royaninda Ashfina Lulu	-	P	0097586291
25	936	Savina Meydiana Azhar	-	P	0085827297
26	937	Syfa Ayu Khumairoh	-	P	0094130584
27	995	Wisnu Brilliant Mahendra	L	-	0083549494
28	940	Yaffa Luthfi Nur Alifka	-	P	0084812573
29	941	Yaltamizul Gari Firdausi	-	P	0097693633
30	942	Yudistira Tunggul Ardiansyah	L	-	0087292920
Jumlah			14	16	

PESERTA DIDIK KELAS V

No	NIS	Nama Siswa	Jenis Kelamin		NISN
			L	P	
1	876	Adha Rasty Mohayani		P	0074257217
2	877	Amelia Indah Cahyani		P	0072508625
3	881	Aulia		P	0071865171
4	882	Azka Hibatul Azizi	L		0086908725
5	883	Diah Widiastuti		P	0087379411
6	884	Dian Ramadhan	L		0073305878
7	885	Elsya Alfiani		P	0083984370
8	886	Enggar Ferdianto	L		0076366176
9	887	Farel Hazalra Carinzah	L		0081874921
10	822	Gizka Fadilla	L		0051213237
11	854	Habib Aji Setyawan	L		0074932580
12	888	Haning Ilda Agustin		P	0077371363
13	857	Heri Wibowo	L		0064884438
14	858	Imam Ahmad Roviq A K	L		0068119294
15	889	Khoirunadia Zahrani		P	0079649280
16	860	Latif Zidni Al Azmi	L		0063675798
17	891	Latifatul Hotimah		P	0071980426
18	892	Lestari Pusparahmawati		P	0076874715
19	893	Maulana Muh Rifa'i	L		0082714136
20	967	Muhammad Muflih Akmal	L		0069524199
21	895	Nabila Nazhifah Putri		P	0072651049
22	897	Nur Syifa Ramadhania		P	0075187670
23	898	Nurul Ambarwati		P	0075191372
24	899	Rafly Ahmad Fauzy	L		0072164181
25	900	Rahma Nabil Agustin		P	0078143847
26	910	Rio Keysa Pratama	L		0078152904
27	868	Septiyawan Hermantoko	L		0062405845
28	902	Umar Abdurrahman	L		0077990744
29	903	Zalfa Fitria Ramadhani		P	0076742627
30	904	Zasella Dwi Putra Arteisya	L		0076836309
Jumlah			16	14	

PESERTA DIDIK KELAS VI

No	NIS	Nama Siswa	Jenis Kelamin		NISN
			L	P	
1	875	Abel Ade Fahrizky	L	-	0039427611
2	812	Ajeng Ayu Ratna S	-	P	0059971155
3	848	Al Fikhan Taffa Riil Akbar	L	-	0062838859
4	813	Al Hiqni Bissolihin	L	-	0053399748
5	849	Alfitria Lailasari	-	P	0067840126
6	909	Altaf Hendiawan	L	-	0052042482
7	871	Amanda Eka Arrul Novianti	-	P	0078326244
8	849	Ashwaratu Salsabila	-	P	0062744275
9	850	Astriana Mega Aurellia	-	P	0054876796
10	819	Fahrul Afrizal	L	-	0062254438
11	908	Fajri Darma Wicaksana	L	-	0076473022
12	821	Fergi Akbari	L	-	0055396999
13	853	Guruh Balarama Larta	L	-	0065072807
14	855	Hakim Wirayudha	L	-	0071156332
15	856	Helga Cahya Rahmawati	-	P	0062244429
16	859	Irsyad Nur Khayri Zain	L	-	0061319119
17	824	Latifa Rahmawati H	-	P	0065630785
18	861	Meivanie Revan Dhitya	-	P	0071050985
19	863	Nur A'ini Azizah	-	P	0063697667
20	864	Paulina Setyawati	-	P	0062795102
21	865	Raihan Naufaldo	L	-	0058677068
22	837	Rama Hendra Aditya	L	-	0055258426
23	866	Rekha Hening Astari	-	P	0061310715
24	867	Renata Ega Praestyani	-	P	0061196161
25	839	Rizka Khoiriyah	-	P	0053813899
26	944	Visa Aulia Nugraha	-	P	0061152989
27	869	Yulia Wahyu Utami	-	P	0063735589
28	870	Zildan Ismail Kurniawan	L	-	0068069643
Jumlah			13	15	

Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian



Peneliti melakukan presensi sebelum pengambilan data



Peserta didik melakukan pemanasan sebelum pengambilan data



Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok



Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok



Tes lari cepat 30 meter



Tes lari cepat 30 meter



Tes *shuttle-run* 4 x 10 meter



Tes *Stork Stand Positional Balance*