

**KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI
1 SUWIDAK KECAMATAN WANAYASA KABUPATEN
BANJARNEGARA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh :

Irnawati

NIM 17604227033

**PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

**KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI 1
SUWIDAK KECAMATAN WANAYASA KABUPATEN
BANJARNEGARA**

Oleh:
Irnawati
17604227033

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak, Kecamatan Wanayasa, Kabupaten Banjarnegara.

Penelitian ini adalah penilaian deskriptif kuantitatif, dengan menggunakan metode survei dalam bentuk tes dan pengukuran. Populasi Penelitian adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak, Kecamatan Wanayasa, Kabupaten Banjarnegara, yang berjumlah 39 Siswa (24 siswa putra dan 15 siswa putri). Instrumen yang di gunakan adalah *motor ability test* dari Nurhasan, (2004: 6.6) yang item tesnya terdiri dari : tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *stork stand positional balance*, tes lari cepat 30 meter. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak, Kecamatan Wanayasa, Kabupaten Banjarnegara sebagian besar berkategori sedang, secara rinci sebagai berikut : Tingkat kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak, Kecamatan Wanayasa, Kabupaten Banjarnegara, sebesar 4% (1Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 25% (6 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 46% (11 Siswa) berkategori sedang, sebesar 21% (7 Siswa) berkategori rendah dan sebesar 4% (1 Siswa) berkategori sangat rendah dan tingkat kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak, Kecamatan Wanayasa, Kabupaten Banjarnegara, sebesar 7% (1 siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 20% (3 siswa) berkategori tinggi, sebesar 40% (6 siswa) berkategori sedang, sebesar 26% (4 siswa) berkategori rendah dan sebesar 7% (1 siswa) berkategori sangat rendah.

Kata Kunci : *Kemampuan Motorik, Siswa Kelas Atas*

SURAT PERNYATAAN

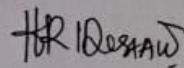
Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Irnawati
NIM : 17604227033
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani
Judul TAS : Kemampuan Motorik Kelas IV Dan V SD Negeri 1
Suwidak Kecamatan Wanayasa Kabupaten
Banjarnegara

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

Yogyakarta,

Yang Menyatakan,



Irnawati
NIM 17604227033

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul
**KEMAMPUAN MOTORIK KELAS IV DAN V
SD NEGERI 1 SUWIDAK KECAMATAN WANAYASA
KABUPATEN BANJARNEGARA**

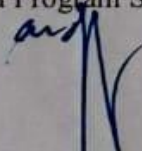
Disusun oleh:

Irnowati
NIM 17604227033

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

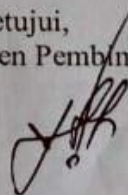
Yogyakarta, 15 / 10 / 19

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Dr. Subagyo, M.Pd
NIP. 19561071982031003

Disetujui,
Dosen Pembimbing



Dr. Yudanto, M.Pd
NIP. 198107022005011001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**KEMAMPUAN MOTORIK KELAS IV DAN V SD NEGERI 1 SUWIDAK
KECAMATAN WANAYASA KABUPATEN BANJARNEGARA**

Disusun oleh:

Irnowati
NIM 17604227033

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program
Studi Pendidikan Teknik Mesin Fakultas Teknik Universitas Negeri

Yogyakarta

Pada tanggal 25 Oktober 2019

TIM PENGUJI


Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Yudanto, M.Pd Ketua Penguji/Pembimbing		6/11-2019
Yuyun Ari Wibowo, M.Pd Sekretaris		6/11-2019
Drs. Sudardiyono, M.Pd Penguji		6/11-2019

Yogyakarta, November 2019

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,




Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.
NIP. 19650301 199001 1 001

MOTTO

- Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.

Maka apabila kamu telah selesai dari sesuatu urusan, kerjakanlah dengan sungguh sungguh urusan yang lain.

Dan hanya kepada Tuhan-mulah hendaknya kamu berharap.

(Surat Al Insyirah: 6-7)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tuaku yang selalu mendoakan yang terbaik bagi anak-anaknya serta kasih sayang yang tidak terhingga.
2. Suami dan anak-anakku yang telah menjadi penyemangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa atas berkat Rahmat dan karunia-Nya, Tugas akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pendidikan dengan judul “**KEMAMPUAN MOTORIK KELAS IV DAN V SD NEGERI 1 SUWIDAK KECAMATAN WANAYASA KABUPATEN BANJARNEGARA**” 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. Bapak 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. Bapak Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd. Selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Bapak Dr. Subagyo selaku Ketua program studi SI PGSD Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.

5. Kepala Sekolah, para Guru dan Siswa SD N 1 Suwidak Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Kedua Orang tua, suami dan anak-anak yang saya cintai dan banggakan.
7. Semua pihak. Secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan disini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan 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,

Penulis,

Irnawati

NIM 17604227033

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
HALAMAN ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	4
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	6
1. Hakikat Kemampuan Motorik.....	6
2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik.....	8
3. Fungsi Kemampuan Motorik.....	13
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik.....	14
5. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar.....	16
B. Penelitian yang Relevan.....	19
C. Kerangka Berpikir.....	20
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	23
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	23
C. Populasi Penelitian.....	23
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	24
1. Instrumen Penelitian.....	24
2. Teknik Pengumpulan Data.....	25

E. Teknik Analisis Data.....	25
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Lokasi, Subjek dan Waktu Penelitian.....	29
B. Hasil Analisis Data Penelitian.....	31
C. Pembahasan.....	49
D. Keterbatasan Penelitian.....	52
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	53
B. Implikasi penelitian.....	53
D. Saran-saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN.....	57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1	Kategori Kemampuan Motorik..... 31
Tabel 2	Nama kategorisasi kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah 31
Tabel 3	Distribusi kemampuan motorik siswa putra siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara..... 32
Tabel 4	Nama kategorisasi kemampuan motorik siswa putri siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 33
Tabel 5	Distribusi kemampuan motorik siswa putri siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara..... 34
Tabel 6	Norma kategorisasi kelincahan siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 36
Tabel 7	Distribusi tingkat kelincahan siswa putra siswa Kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 36
Tabel 8	Norma kategorisasi kelincahan siswa putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 37
Tabel 9	Distribusi tingkat kelincahan siswa putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 38
Tabel 10	Norma kategorisasi mata dan tangan siswa putra siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 39
Tabel 11	Distribusi frekuensi koordinasi mata dan tangan siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 39

Tabel 12	Norma kategorisasi mata dan tangan siswa putri siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.....	41
Tabel 13	Distribusi frekuensi koordinasi mata dan tangan siswa putri siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.....	41
Tabel 14	Norma kategorisasi keseimbangan siswa putra siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.....	43
Tabel 15	Distribusi frekuensi keseimbangan siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.....	43
Tabel 16	Norma kategorisasi keseimbangan siswa putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.	44
Tabel 17	Distribusi frekuensi keseimbangan siswa putri siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.	45
Tabel 18	Norma kategorisasi kecepatan siswa putra siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.	46
Tabel 19	Distribusi kecepatan siswa putra siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.....	47
Tabel 20	Norma kategorisasi kecepatan siswa putri siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.	48
Tabel 21	Distribusi kecepatan siswa putri siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.....	49

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1	Diagram batang tingkat kemampuan motorik siswa putra siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara..... 33
Gambar 2	Diagram batang tingkat kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 31
Gambar 3	Diagram batang tingkat kelincahan siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah 33
Gambar 4	Diagram batang tingkat kelincahan siswa putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah 35
Gambar 5	Diagram batang koordinasi mata dan tangan siswa putra siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 37
Gambar 6	Diagram batang koordinasi mata dan tangan siswa putri siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 39
Gambar 7	Diagram batang tingkat keseimbangan siswa putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah 41
Gambar 8	Diagram batang tingkat keseimbangan siswa putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 43
Gambar 9	Diagram batang tingkat kecepatan siswa putra siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 44
Gambar10	Diagram batang tingkat kecepatan siswa putri siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah..... 46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	57
Lampiran 2. Petunjuk Pelaksanaan Tes Kemampuan Motorik.....	58
Lampiran 4. Data Induk <i>T-Score</i>	59
Lampiran 5. Statistik Penelitian.....	64
Lampiran 7. Foto Penelitian.....	75

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, Bangsa, dan Negara.

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Dengan adanya pendidikan jasmani di sekolah diharapkan dapat mendorong perkembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani bagi anak.

Konsep dasar dari pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah mampu memberikan kesempatan bergerak seluas-luasnya kepada siswa. Usia sekolah dasar merupakan usia dimana siswa sangat membutuhkan berbagai nuansa gerakan yang sangat beragam. Melalui pendidikan jasmani siswa dapat belajar proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak yang seluas-luasnya.

Aktivitas jasmani diartikan sebagai kegiatan peserta didik untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup kognitif, afektif, dan psikomotor, sehingga melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan anak didik dapat tumbuh dan berkembang sehat jasmani dan rohani.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan siswa untuk meningkatkan kesegaran jasmani, keterampilan gerak, serta

aspek-aspek fungsional yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Kemampuan gerak merupakan salah satu faktor yang bisa mempengaruhi kesuksesan anak dalam belajar gerak motorik.

Menurut Elizabeth B Hulrock (1978:150) motorik adalah perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang berkoordinasi. Kemampuan motorik merupakan suatu kebutuhan yang harus dipelajari pada usia sekolah dasar. Mengingat hal tersebut langsung maupun tidak langsung akan sangat mempengaruhi perilaku sehari-hari, dan menunjang perkembangan gerak dan postur tubuh dimasa remaja dan dewasa. Kemampuan motorik pada anak sebaiknya dilakukan pada usia sedini mungkin, agar perkembangan dan pertumbuhan dapat terpantau dengan baik dan benar.

Murid sekolah dasar pada dasarnya memiliki gerak dasar yang dibawanya sejak lahir dan mulai belajar gerak (sambil bermain) pada saat di Taman Kanak-kanak, sehingga dari sumbangan gerak dasar tersebut anak sekolah dasar sudah memiliki kemampuan motorik minimal yang sangat berguna bagi penyesuaian diri di kehidupan mereka, terutama yang menyangkut gerakan-gerakan dasar yang berguna dalam kehidupan sehari-hari.

SD Negeri 1 Suwidak merupakan salah satu SD di Kabupaten Banjarnegara yang terletak di Desa Suwidak Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara. SD Negeri 1 Suwidak memiliki halaman sekolah, 6 Ruang kelas, 1 Kantor Kepala Sekolah, 1 ruang perpustakaan dan 1 ruang gudang.

Ditinjau dari keadaan daerah Suwidak Wanayasa Banjarnegara menggambarkan daerah pegunungan dan pedesaan yang anak-anak masih menerapkan permainan tradisional sebagai permainan sehari-hari. Dari hal tersebut secara ilmiah anak-anak terbiasa melakukan aktivitas yang akan menyumbang keragaman gerak dalam perbaikan kemampuan motorik, tetapi jika ditinjau dari sarana dan prasarana pendidikan jasmani di SD Negeri 1 Suwidak yang terbatas, itulah yang mungkin menjadi penyebab penghambat dari pelaksanaan pendidikan jasmani.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan menunjukkan pembelajaran pendidikan jasmani Olahraga dan kesehatan (penjasorkes), prasarana yang digunakan untuk pembelajaran adalah halaman sekolah dan lapangan Desa Suwidak yang jaraknya cukup jauh sehingga memakan waktu yang cukup lama. Sarana / alat yang digunakan untuk pembelajaran juga sangat minim sehingga mempengaruhi aktivitas fisiknya. Siswa dalam pembelajaran Penjas juga ada yang aktif dan ada yang mudah lelah sehingga sangat mengganggu kemampuan motoriknya. Peran siswa dalam meningkatkan kemampuan gerak juga sangat penting, jika siswa mempunyai kemampuan gerak yang baik, dimungkinkan siswa akan cenderung lebih mudah di dalam melakukan keterampilan dalam olahraga.

Kemampuan motorik penting dipelajari dalam pembelajaran Penjas karena kemampuan gerak merupakan bagian dari ranah psikomotorik, dan perkembangannya dapat berbentuk penguasaan keterampilan gerak sehingga

jika mempunyai kemampuan gerak yang baik siswa akan mempunyai landasan untuk menguasai tugas keterampilan gerak khusus.

Dari pertimbangan di atas, peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara”.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Keterbatasan sarana dan prasarana di SD Negeri 1 Suwidak sehingga menghambat pembelajaran penjas.
2. Belum diketahuinya seberapa besar kemampuan gerak motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, dan untuk membatasi permasalahan agar lebih terfokus, maka dalam penelitian ini dibatasi pada” tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah di atas, maka dapat ditarik suatu rumusan masalah “Seberapa tinggi tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara.

F. Manfaat Penelitian

Dengan mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan yaitu :

1. Teoritis

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

2. Praktis

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

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Diskripsi Teori

1. Hakikat Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik juga disebut dengan kemampuan gerak. Menurut Elizabeth B Hulrock (1978:150) motorik adalah perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang berkoordinasi. Menurut Sukintaka (1992 :15-1) Kemampuan motorik merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan gerak olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik. Motorik merupakan suatu kebutuhan yang harus dipelajari pada usia sekolah dasar. Mengingat hal tersebut langsung maupun tidak langsung akan sangat mempengaruhi perilaku sehari-hari, dan menunjang perkembangan gerak dan postur tubuh dimasa remaja dan dewasa.

Menurut Rusli Lutan (1988:96), kemampuan motorik lebih tepat disebut sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang melekat setelah masa kanak-kanak. Pengaruh faktor biologis dianggap sebagai kekuatan utama yang berpengaruh terhadap kemampuan motorik dasar seseorang. Kemampuan motorik dasar itulah yang berperan sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan.

Menurut Sukadiyanto (1997) bahwa kemampuan motorik adalah suatu kemampuan seseorang dalam menampilkan keterampilan gerak yang lebih luas

serta diperjelas bahwa kemampuan motorik suatu kemampuan umum yang berkaitan dengan penampilan berbagai keterampilan dan tugas gerak.

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

Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra (2000: 20), kemampuan gerak merupakan kemampuan yang biasa orang lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dibagi menjadi 3 kategori yaitu :

1. Kemampuan *Locomotor*

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

2. Kemampuan *Non-Lokomotor*

Kemampuan non-lokomotor dilakukan di tempat, tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan non-lokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, dan lain-lain.

3. Kemampuan *Manipulatif*

Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam obyek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan

kaki, tetapi bagian lain tubuh kita juga dapat digunakan. Manipulatif obyek jauh lebih unggul daripada koordinasi mata kaki dan tangan mata, yang mana cukup penting untuk item : berjalan (gerakan langkah) dalam ruang.

Bentuk- bentuk latihan manipulative terdiri dari :

- a. Gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang).
- b. Gerakan menerima (menangkap) obyek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat bantalan karet (bola medis) atau macam bola yang lain.
- c. Gerakan memantul-mantulkan bola atau menggiring bola.

Dari beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum, yang menjadi dasar untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan, keterampilan gerak. Seseorang yang memiliki tingkat kemampuan motorik yang tinggi dapat diartikan bahwa orang tersebut memiliki potensi atau kemampuan untuk melakukan keterampilan gerak yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang memiliki kemampuan motorik rendah.

2. Unsur-unsur kemampuan Motorik

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

Menurut Barrow (1976) yang dikutip Toho Cholik Mutohir dan Gusril

(2004 : 51), unsur-unsur kemampuan motorik terdiri atas :

a. Kekuatan

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

Pendapat senada dikemukakan Bumpa yang dikutip Djoko Pekik Irianto (2002: 66) bahwa kekuatan adalah otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan. Ditegaskan oleh Sukadiyanto (2005: 81) bahwa pengertian kekuatan secara fisiologis adalah kemampuan neuromuscular untuk mengatasi tahanan beban luar dan beban dalam.

b. Kecepatan

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

menjawab rangsang dengan bentuk gerak atau serangkaian gerak dengan waktu secepat mungkin.

b. Power

Menurut Setyo Nugroho (2005:14) komponen power adalah kemampuan yang berisi kombinasi komponen kekuatan dan kecepatan. Pernyataan Sajoto (1990: 17) power adalah kesanggupan atau kemampuan dari tubuh manusia untuk melakukan penyesuaian untuk melakukan penyesuaian atau adaptasi terhadap beban fisik yang di hadapi tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti, dan memiliki kapasitas cadangan untuk melakukan aktifitas berikutnya. Power sering dihitung dengan jenis lompat, mengangkat badan atau melempar.

d. Kelincahan

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

d. Keseimbangan

Menurut Muthohir dan Gusril (2004: 50) mengartikan keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan kan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan dibagi dalam dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis merujuk pada suatu tempat,

keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain. Senada dengan pernyataan Ismaryati (2009: 48) bahwa keseimbangan dibedakan menjadi dua yaitu keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan diam. Keseimbangan dinamis adalah kemampuan mempertahankan keadaan seimbang dalam keadaan bergerak.

f. Fleksibilitas

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

g. Koordinasi

Mengutip pernyataan Barrow (1979: 115) koordinasi dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk menggabungkan beberapa bentuk gerakan menjadi bentuk yang lebih spesifik. Bempa yang dikutip Djoko Pekik Irianto (2002: 66) mengemukakan bahwa koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien. Pendapat yang sejalan dikatakan Toho Cholik Muthohir dan Gusril (2004: 50) bahwa koordinasi

adalah kemampuan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam suatu tugas yang kompleks. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dan system syaraf. Anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlihat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila ia mampu bergerak dengan mudah dan lencer dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik. Pernyataan Sajoto (1990: 17) bahwa koordinasi adalah kemampuan seseorang mengintegrasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda dengan pola gerakan tunggal yang efektif.

Menurut Nurhasan (2004: 6.6), kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar diukur menggunakan tes *motor ability*, dengan 4 butir tes untuk mengukur unsur-unsur kemampuan motorik. Keempat butir tes tersebut mengukur : Kelincahan, Koordinasi, Keseimbangan, Kecepatan.

Menurut Bompa yang dikutip oleh Djoko Pekik Irianto (2002: 66), ada lima Biomotorik dasar, yaitu :

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

kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien.

Dari beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa unsur-unsur kemampuan motorik meliputi kekuatan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, koordinasi, kelentukan dan daya tahan.

3. Fungsi Kemampuan motorik

Gerak adalah sesuatu yang mendasar dalam perilaku kehidupan setiap orang. Gerak adalah sesuatu yang ditampilkan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati (yanuar Kiram, 1992: 1-4). Kemampuan gerak motorik penting dipelajari dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan karena kemampuan gerak merupakan bagian dari ranah psikomotorik dan dalam pengembangannya penguasaan keterampilan gerak sehingga prestasi meningkat. Tujuan dan fungsi kemampuan motorik sering tergambar dalam kemampuan anak menyelesaikan tugas motorik tertentu. Kualitas motorik terlihat dari seberapa jauh anak tersebut mampu menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu. Jika tingkat keberhasilan dalam melakukan tugas motorik tinggi, berarti motorik yang dilakukan efektif dan efisien (Depdiknas, 2000:7).

Fungsi motorik menurut Cureton dalam Mutohir dan gusril (20004: 51), fungsi utama kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Dengan memiliki kemampuan motorik yang baik tentu individu mempunyai landasan untuk menguasai tugas keterampilan motorik yang khusus. Semua unsur-unsur motorik pada anak dapat berkembang melalui kegiatan olahraga

dan aktivitas bermain yang melibatkan otot. Semakin banyak anak mengalami gerak tentu unsur-unsur kemampuan motorik semakin terlatih dengan banyaknya pengalaman motorik yang dilakukan tentu akan menambah kematangannya dalam melakukan aktivitas motorik.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa fungsi kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Kemampuan gerak sangat penting dipelajari karena kemampuan gerak merupakan bagian ranah psikomotorik dan dalam pengembangannya penguasaan keterampilan gerak.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik seseorang menurut Corbin (1987: 198) yang dikutip oleh Pamuji Sukoco (2004:6) terdapat 2 faktor yaitu:

a. Faktor Biologis

Faktor biologis yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik adalah :

- 1) Faktor ukuran tubuh pada saat lahir.
- 2) Faktor keturunan.
- 3) Faktor jenis kelamin.
- 4) Dasar kedewasaan.

b. Faktor Lingkungan

Faktor Lingkungan yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik diantaranya adalah :

- 1) Faktor budaya (bahasa, seni, ekonomi, politik, pandangan hidup, dan keagamaan).
- 2) Faktor keadaan alam.
- 3) Faktor kebiasaan keluarga.
- 4) Faktor kesukaan.
- 5) Faktor sosial/masyarakat (keluarga, kelompok, bermain, organisasi).

Disamping beberapa faktor di atas dalam buku yang ditulis oleh Endang Rini Sukamti (2007: 40-41) ada beberapa faktor yang berpengaruh terhadap laju perkembangan motorik seseorang, antara lain :

- a. Sifat dasar genetik, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan mempunyai pengaruh yang menonjol terhadap laju perkembangan motorik.
- b. Seandainya dalam awal kehidupan pasca lahir tidak ada hambatan kondisi lingkungan yang tidak menguntungkan, semakin aktif janin semakin cepat perkembangan motorik anak.
- c. Kondisi pralahir yang menyenangkan, khususnya gizi makanan sang ibu, lebih mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat pada masa pasca lahir, ketimbang kondisi pralahir yang tidak menyenangkan.
- d. Kelahiran yang sukar, khususnya apabila ada kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik.
- e. Seandainya tidak ada gangguan lingkungan, maka kesehatan dan gizi yang baik pada awal kehidupan pascalahir akan mempercepat perkembangan motorik.

- f. Anak yang IQ tinggi menunjukkan perkembangan yang lebih cepat dibandingkan anak yang IQ-nya normal atau dibawah normal.
- g. Adanya rangsangan, dorongan, dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.
- h. Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik.
- i. Karena rangsangan dan dorongan yang lebih banyak dari orang tua, maka perkembangan motorik anak yang pertama cenderung lebih baik ketimbang anak yang lahir kemudian.
- j. Kelahiran sebelum waktunya biasanya memperlambat perkembangan karena tingkat perkembangan motorik pada waktu lahir berada di bawah tingkat perkembangan bayi yang lahir tepat pada waktunya.
- k. Cacat fisik, seperti kebutaan akan memperlambat perkembangan motorik.
- l. Dalam perkembangan motorik, perbedaan jenis kelamin, warna kulit dan sosial ekonomi lebih banyak disebabkan oleh perbedaan motivasi dan pelatihan ketimbang anak karena perbedaan bawaan.

b. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas

Siswa berstatus sebagai subjek dari pendidikan. Pendidikan menurut Driyarkara dalam Sumitro, dkk. (1998: 66), usaha sadar untuk memanusiakan manusia harus memandang peserta didik secara manusiawi dan mengembangkan pribadinya sepenuhnya dan seutuhnya, dalam kesatuan yang seimbang, harmonis, dan dinamis. Masa sekolah dasar merupakan masa yang sangat penting dalam

pembelajaran. Hal ini bukan saja pada masa ini anak mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan, namun siswa juga dalam taraf perkembangan fisik dan psikis.

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

a. Karakteristik fisik

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

b. Karakteristik Sosial

- 1). Mudah terpengaruh, mudah sakit hati karena kritik.
- 2). Masa anak-anak suka membual.
- 3). Suka menggoda dan menyakiti anak lain.
- 4). Suka memperhatikan, bermain dalam bentuk-bentuk drama dan berperan.
- 5). Suka berteman dan senang terhadap teman-teman lain, disamping senang dengan teman akrab.
- 6). Kemauan besar.

- 7). Hasrat turut serta berkelompok.
- 8). Selalu bermain-main.
- 9). Menginginkan lebih ada kebebasan, tetapi tetap dalam lindungan orang dewasa.
- 10). Lebih senang kegiatan, beregu daripada individual.
- 11). Ada kecenderungan membanding-bandingkan dirinya dengan anak-anak lain.
- 12). Mengidentifikasi dirinya untuk tujuan kelompok dan pertanggungjawaban.
- 13). Sifat seksual lebih terlihat.

c. Karakteristik Psikis

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

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa usia anak Sekolah Dasar kelas atas berusia 10-12 tahun, mempunyai minat dan ingin tahu yang timbul terhadap permainan dalam pembelajaran tertentu, sehingga pembelajaran yang dilakukan harus dapat mengembangkan pribadi seutuhnya.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah penelitian yang sama atau hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan dalam mendukung kajian teoritik yang dikemukakan sehingga dapat dipergunakan sebagai landasan penelitian. Penelitian yang relevan tersebut ialah sebagai berikut :

1. Penelitian Temu Hartono (2008) yang berjudul : Kemampuan Gerak Motorik Siswa Sekolah Dasar Di Sekolah Dasar Negeri Panggang 2 Kabupaten Gunungkidul. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motoric siswa yang masih duduk dikelas 4, 5, dan 6 di Sekolah Dasar Negeri Panggang 2 Kabupaten Gunungkidul. Penelitian ini merupakan penelitian diskriptif dengan metode survei dengan menggunakan metode tes dan pengukuran meliputi : lari jarak pendek 40m, lari zig-zag, lompat jauh tanpa awalan, berdiri satu kaki, dan lempar tangkap bola kasti. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 4, 5, dan di SD Negeri Panggang 2 Kabupaten Gunungkidul dengan Jumlah 47 siswa. Uji validitas instrument menggunakan *Product moment* uji reliabilitas dengan *Alpha Cronbach*, dan uji normalitas dengan *One Sample Kolmogorow Smirrov Tes*. Teknik analisa dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar kemampuan motoric siswa kelas 4, 5, dan 6 di SD Negeri Panggang 2 Kabupaten Gunungkidul dikategorikan sedang. Hasil penelitian secara rinci sebagai berikut : 4 (8,5%) siswa dalam

kategori baik sekali, 12 (25,5%) siswa dalam kategori baik, 16 (34%) siswa dalam kategori kurang sekali.

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

C. Kerangka Berpikir

Pendidikan merupakan kebutuhan setiap manusia untuk dapat memperoleh suatu pengetahuan dan pengalaman ataupun keterampilan. Pendidikan sangat penting sebagai dasar pondasi utama bagi pembentukan generasi penerus bangsa yang berpotensi. Generasi yang berpotensi identik dengan generasi yang memiliki kecerdasan kognitif, afektif, dan psikomotorik dan pendidikan jasmaniah yang salah satu wadah dalam pembentukan generasi yang berpotensi.

Pendidikan Sekolah Dasar sangatlah penting, karena sebagai pondasi awal untuk melanjutkan ke jenjang berikutnya. Pendidikan jasmani merupakan wadah

yang mampu berperan mendidik siswa untuk mendekati kesempurnaan hidup yang secara alamiah dapat memberikan masukan yang nyata terhadap kehidupan sehari-hari.

Perkembangan kemampuan gerak bagi siswa kelas atas SD Negeri 1 Suwidak, diartikan sebagai perkembangan dan penghalusan aneka macam gerak dan yang berkaitan dengan pembelajaran penjas di sekolah. Rangsangan selama proses pembelajaran berlangsung merupakan media yang sangat baik untuk menyalurkan dan mempersiapkan segala sesuatu yang ada agar semakin ditingkatkan secara optimal.

Kemampuan yang diperoleh pada saat usia pertumbuhan dan perkembangan sangat berguna untuk menguasai teknik gerak dalam pembelajaran Penjas. Oleh sebab itu, seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang baik akan lebih mudah melakukan tugas geraknya, baik secara kualitas dan kuantitas. Selain itu mampu bertahan lebih lama dalam beraktivitas yang intensif jika dibandingkan dengan seseorang yang tingkat kemampuan motoriknya kurang.

Dari uraian di atas terlihat bahwa kemampuan motorik memiliki peranan penting dalam proses pembelajaran. Kemampuan motorik akan dapat tercapai secara optimal jika metodenya tepat dan aktivitas atau latihan dilakukan secara terus menerus. Oleh karena itu, perlu adanya proses evaluasi dengan melakukan pengukuran.

Pengukuran dapat dilakukan dengan tes kemampuan motorik terhadap siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 1 Suwidak Wanayasa

Banjarnegara. Sehingga dengan dilakukan tes kemampuan motorik, dapat diketahui seberapa besar kemampuan motorik siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara dan hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk menentukan metode yang cocok dalam pembelajaran penjas selain itu guru dapat meningkatkan keterampilan siswa serta mengarahkan siswa ke keterampilan yang lebih khusus.

BAB III METODELOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, artinya dalam penelitian ini peneliti hanya ingin menggambarkan situasi yang sedang berlangsung, tanpa pengujian hipotesis. Penelitian ini hanya memfokuskan pada kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara. Secara operasional, kemampuan motorik dalam penelitian ini diartikan suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang dipelajari sehingga nantinya akan memberikan dampak dan perkembangan tersebut. Kemampuan motorik kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak diukur dengan tes *motor ability* dari Nurhasan yang meliputi tes *shuttle-run* 4x10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, *tes stork stand positional balance*, dan tes lari cepat 30 meter.

C. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti

untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009:215). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara yang berjumlah 39 siswa sebagai total sampling, artinya seluruh siswa kelas IV dan V digunakan sebagai subjek (responden) penelitian.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen

Instrument penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti lebih cepat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 2005: 177). Tes dilakukan untuk mendapatkan data yang diperlukan yang akan diolah untuk kesimpulan.

Instrument tes *motor ability* yang digunakan adalah dari Nurhasan. Menurut Nurhasan (2004: 6.6), tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93, dan validitasnya sebesar 0,87. Tes ini digunakan untuk mengukur kemampuan motorik bagi siswa sekolah dasar. Instrument tes *motor ability* dari Nurhasan, (2004: .) sebagai berikut:

- a. Tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, untuk mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah.
- b. Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok selama 30 detik, mengukur kemampuan koordinasi mata dengan tangan.
- c. Tes *stork stand positional balance*, mengukur keseimbangan tubuh.
- d. Tes lari cepat 30 meter, mengukur kecepatan lari-lari cepat.

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data tes kemampuan motorik dilaksanakan pada hari Senin dan Kamis tanggal 17 dan 20 Juni 2019. Langkah- langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data sebagai berikut:

- a. Mempersiapkan alat-alat dan tempat yang digunakan untuk tes kemampuan motorik.
- b. Mengumpulkan, menyiapkan dan memberikan pemanasan serta memberikan penjelasan pelaksanaan tes kemampuan motorik kepada siswa.
- b. Setelah diberikan penjelasan tentang pelaksanaan tes dan pemanasan secukupnya, selanjutnya siswa melakukan tes kemampuan motorik dengan urutan: kelincahan, koordinasi mata tangan, keseimbangan, dan kecepatan.
- c. Masing-masing siswa melakukan tes secara bergantian dengan urutan: kelincahan, koordinasi mata tangan, keseimbangan dan kecepatan.
- d. Masing-msing hasil tes yang didapatkan siswa dicatat dalam lembar pencatatan tes yang telah disediakan.

E. Teknik Analisis Data

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

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

1. Kelincahan yang diperoleh melalui *Shuttle-run* 4 x 10 meter dengan satuan detik (s).
2. Koordinasi mata dengan tangan yang diperoleh melalui lempar tangkap bola jarak 1 meter ketembok.
3. Keseimbangan yang diperoleh melalui *stork stand positional balance* dengan satuan detik (s).
4. Kecepatan yang diperoleh melalui lari cepat 30 meter dengan satuan detik (s).

Hasil kasar yang didapatkan dari keempat item tes tersebut, perlu disamakan satuannya dengan menggunakan *T-Score*. Adapun rumus *T-Score* yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Rumus *T-Score* untuk tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, tes lari cepat 30 meter. Penghitungan dengan satuan waktu, semakin sedikit waktu yang dibutuhkan maka semakin bagus hasil yang diperoleh. Adapun rumus *T-Score* adalah sebagai berikut:

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

2. Rumus *T-Score* untuk tes *Stork stand positional balance*. Dan lempar tangkap bola. Penghitungan dengan satuan waktu, dan satuan jumlah, semakin banyak waktu atau angka yang dibutuhkan atau diperoleh semakin bagus hasil yang diperoleh. Adapun rumus *T-Score* adalah sebagai berikut :

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

Keterangan :

X = Skor yang diperoleh

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

SD = Standar Deviasi

Hasil kasar yang telah diubah dalam bentuk *T-Score* dari keempat item tes tersebut dijumlahkan dan dibagi dengan jumlah item tes yang ada, hasil dari pembagian tersebut dijadikan dasar untuk menentukan kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara. Kemampuan motorik siswa kelas atas SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara, dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu: Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, dan Sangat Rendah. Pengkategorian kemampuan motorik siswa tersebut, menggunakan rumus pengkategorian dari B. Syarifudin (2009: 113), sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Kemampuan Motorik

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

Sumber: B. Syarifudin (2009: 113)

Keterangan:

X : Skor yang diperoleh

M : *Mean* (Rata-rata)

SD : Standar Deviasi

Untuk mengetahui jumlah masing-masing kategori kemampuan motorik siswa kelas atas SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara, menggunakan rumus persentase dari Anas Sudijono, (1992: 40).

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

Keterangan:

P : Persentase

f : Skor

N : Jumlah siswa

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah. Data kemampuan motorik didapat dari serangkaian tes, tes yang diujikan siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah adalah tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *stork stand positional balance* dan tes lari cepat 30 meter. Deskripsi data penelitian ini, didasarkan pada data hasil pengukuran yang diperoleh dari lapangan. Pada deskripsi data berikut ini disajikan informasi data meliputi skor maksimal, skor minimal, mean (rata-rata), dan standar deviasi masing-masing data penelitian. Deskripsi masing-masing data penelitian secara rinci sebagai berikut ini :

1. Kelincahan

Komponen kelincahan diukur dengan tes *shuttle-run 4x10 meter*. Tes ini mencatat waktu tempuh yang terbaik dari 2 (dua) kali percobaan, dan dicatat 1/10 detik. Dengan perolehan skor maksimal putra 65.55 dan putri 66.36 dan skor minimal putra 19.25 dan putri 27.26, rata-rata (*mean*) sebesar 50,00 dan *standar deviasi* sebesar 10.

2. Koordinasi mata dan tangan

Komponen koordinasi mata dan tangan diukur dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok. Tes ini menghitung jumlah bola yang dapat ditangkap tanpa jatuh ke tanah selama 30 detik. Dengan perolehan skor maksimal putra 65.94 dan putri 65.83 dan skor minimal putra 30.26 dan putri 34.86, rata-rata (*mean*) sebesar 50,00 dan *standar deviasi* sebesar 10.

3. Keseimbangan

Komponen keseimbangan diukur dengan tes *stork stand positional balance*. Tes ini menghitung waktu yang dicatat dalam mempertahankan sikap tanpa memindahkan kaki. Dengan perolehan skor maksimal putra 75.91 dan putri 73.68 dan skor minimal putra 37.13 dan putri 32.61, rata-rata (*mean*) sebesar 50,00 dan *standar deviasi* sebesar 10.

4. Kecepatan

Komponen kecepatan diukur dengan tes lari cepat 30 meter. Tes ini menghitung waktu yang ditempuh dalam melakukan lari 30 meter. Dengan perolehan skor maksimal putra 67.96 dan putri 69.05 dan skor minimal putra 16.33 dan putri 32.25 rata-rata (*mean*) sebesar 50,00 dan *standar deviasi* sebesar 10.

B. Hasil Analisis Data Penelitian

Hasil penelitian tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah yang terdiri dari *tes shuttle-run 4x10 meter*. Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *stork stand positional balance*, dan tes lari cepat 30 meter. Seperti yang telah diuraikan diatas maka akan terlihat seberapa tinggi kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara.

1. Kemampuan Motorik Siswa Putra Kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Hasil penelitian dan pengukuran yang diperoleh dari lapangan. Kemudian data di ubah menjadi *T-Score*. Dari ke empat komponen tes pengukuran tersebut memperoleh hasil skor maksimal 244,25 dan skor minimal 114,13, rata-rata (*mean*) 200,00 dan *standar deviasi* sebesar 29,18. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan rumus menurut B. Syarifudin (2009: 113) menjadi lima kategori yaitu : sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah sebagai berikut:

Tabel 2. Kategoriasi Kemampuan Motorik Siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Formula	Batasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 244$	Sangat tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$215 \leq X < 244$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$185 \leq X < 215$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$156 \leq X < 185$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 156$	Sangat rendah

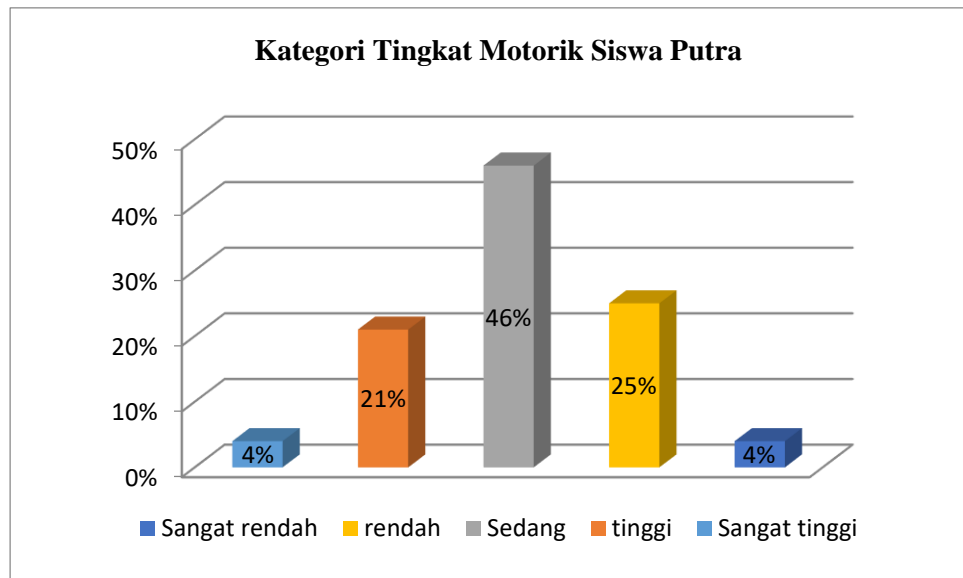
Berdasarkan pada kategorisasi tersebut di atas, maka distribusi tingkat kemampuan motorik siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah dapat diketahui dan diwujudkan ke dalam tabel berikut

Tabel 3. Distribusi Kemampuan Motorik Siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Interval	Kategori	Frekuensi	presentase
$X \geq 244$	Sangat tinggi	1	4%
$215 \leq X < 244$	Tinggi	6	25%
$185 \leq X < 215$	Sedang	11	46%
$156 \leq X < 185$	Rendah	5	21%
$X \leq 156$	Sangat rendah	1	4%
Jumlah		24	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat kemampuan motorik siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah, sebesar 4% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 25% (6 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 46% (11 Siswa) berkategori sedang, sebesar 21% (5 siswa) berkategori rendah dan sebesar 4% (1 Siswa) berkategori sangat rendah. Tingkat kemampuan motorik terbanyak ada di interval $185 \leq X < 215$, maka tingkat kemampuan motorik siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah adalah Sedang.

Berikut adalah bentuk gambar diagram batangnya :



Gambar 1. Kemampuan Motorik Siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa

2. Kemampuan Motorik Siswa Putri Kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Hasil penelitian dan pengukuran yang diperoleh dari lapangan. Kemudian data di ubah menjadi *T-Score*. Dari ke empat komponen tes pengukuran tersebut memperoleh hasil skor maksimal 252,15 dan skor minimal 154,31, rata-rata (*mean*) sebesar 200,00 dan *standar deviasi* sebesar 23,99. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan rumus menurut B. Syarifudin (2009: 113) menjadi lima kategori yaitu : sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah sebagai berikut:

Tabel 2. Kemampuan Motorik Siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah

Formula	Batasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 236$	Sangat tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$212 \leq X < 236$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$188 \leq X < 212$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$164 \leq X < 188$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 164$	Sangat rendah

Berdasarkan pada kategorisasi tersebut di atas, maka distribusi tingkat kemampuan motorik siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah dapat diketahui dan diwujudkan ke dalam tabel berikut

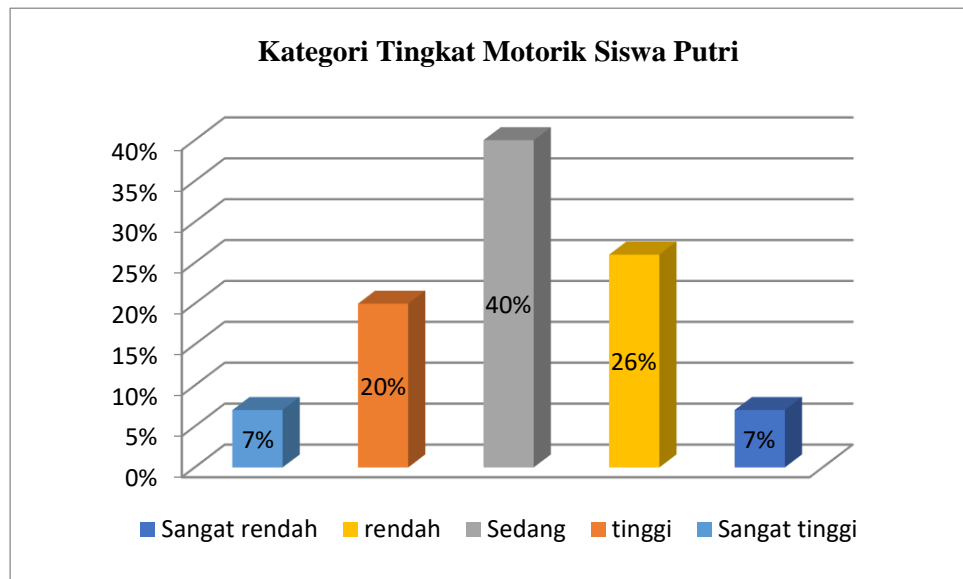
Tabel 3. Distribusi Kemampuan Motorik Siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Interval	Kategori	Frekuensi	presentase
$X \geq 236$	Sangat tinggi	1	7%
$212 \leq X < 236$	Tinggi	3	20%
$188 \leq X < 212$	Sedang	6	40%
$164 \leq X < 188$	Rendah	4	26%
$X \leq 164$	Sangat rendah	1	7%
Jumlah		15	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat kemampuan motorik siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah, sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 20% (3 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 40% (6 Siswa) berkategori sedang, sebesar 26% (4 Siswa) berkategori rendah dan sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat rendah. Tingkat kemampuan motorik terbanyak ada di interval $188 \leq X < 212$, maka tingkat

kemampuan motorik siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah adalah Sedang.

Berikut adalah bentuk gambar diagram batangnya :



Gambar 1. Kemampuan Motorik Siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

3. Kelincahan

Komponen kelincahan diukur dengan tes *shuttle-run* 4x10 meter. Tes ini mencatat waktu tempuh yang terbaik dari 2 (dua) kali percobaan, dan dicatat 1/10 detik. Dengan perolehan skor maksimal Putra 65.94 dan Putri 66.36 dan skor minimal 30.26 dan Putri 32.25 rata-rata (*mean*) sebesar 50 dan *standar deviasi* 10. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan rumus B. Syarifudin (2009: 113) menjadi lima kategori yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Kategorisasi Kelincahan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Formula	Batasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 65$	Sangat tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$55 \leq X < 65$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$45 \leq X < 55$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$35 \leq X < 45$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 35$	Sangat rendah

Berdasarkan pada kategorisasi tersebut di atas, maka distribusi tingkat kelincahan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah dapat diketahui dan diwujudkan ke dalam tabel berikut

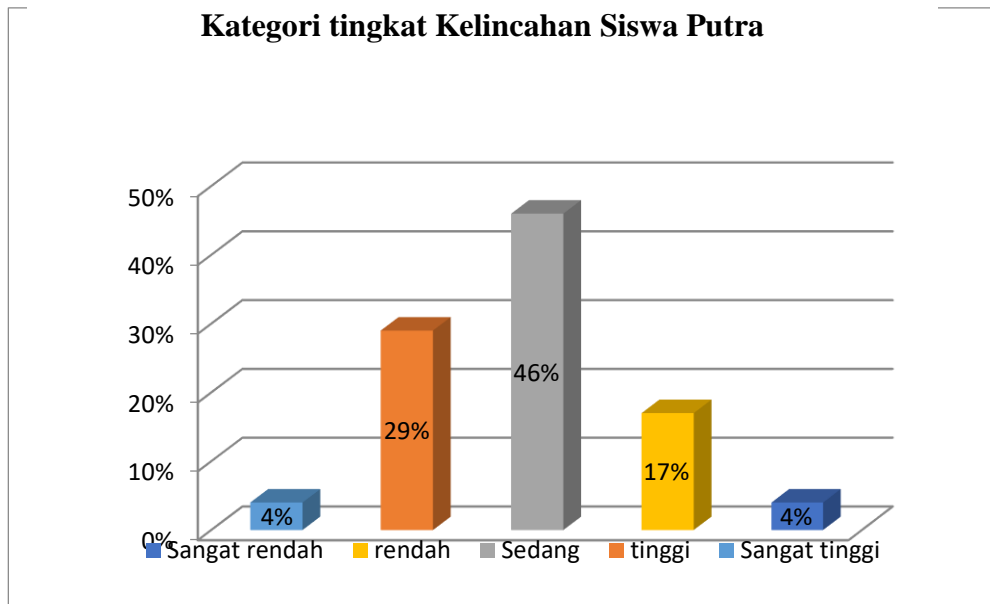
Tabel 5. Distribusi Tingkat Kelincahan Siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 65$	Sangat tinggi	1	4%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	7	29%
$45 \leq X < 55$	Sedang	11	46%
$35 \leq X < 45$	Rendah	4	17%
$X \leq 35$	Sangat rendah	1	4%
Jumlah		24	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat kelincahan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah., sebesar 4% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 29% (7 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 46% (11 Siswa) berkategori sedang, sebesar 17% (4 Siswa) berkategori rendah, dan sebesar 4% (1 Siswa) berkategori sangat rendah. Tingkat kelincahan

siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa

Tengah adalah Sedang. Berikut adalah bentuk gambar diagram batangnya :



Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Kelincahan Siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Tabel 4. Norma Kategorisasi Kelincahan Siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

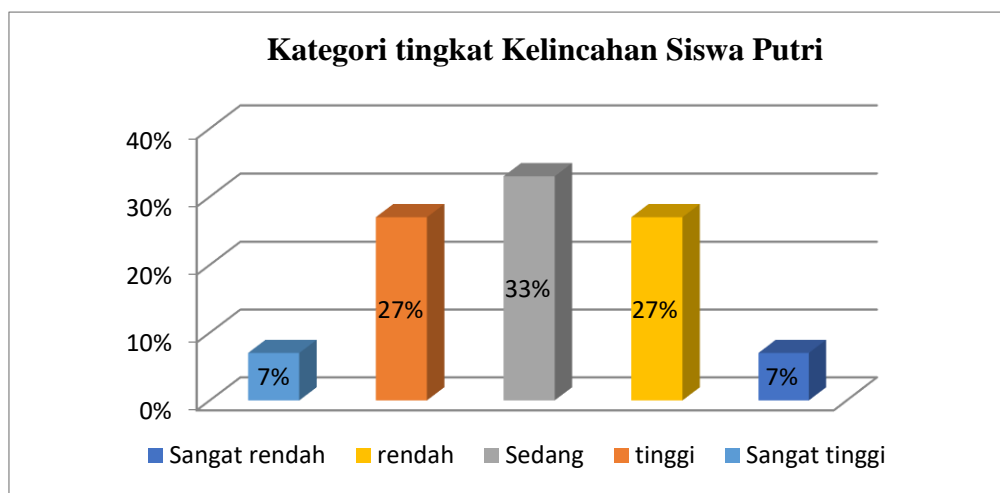
Formula	Batasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 65$	Sangat tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$55 \leq X < 65$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$45 \leq X < 55$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$35 \leq X < 45$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 35$	Sangat rendah

Berdasarkan pada kategorisasi tersebut di atas, maka distribusi tingkat kelincahan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah dapat diketahui dan diwujudkan ke dalam tabel berikut

Tabel 5. Distribusi tingkat kelincahan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 65$	Sangat tinggi	1	7%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	4	27%
$45 \leq X < 55$	Sedang	5	33%
$35 \leq X < 45$	Rendah	4	27%
$X \leq 35$	Sangat rendah	1	7%
Jumlah		15	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat kelincahan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah., sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 27% (4 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 33% (5 Siswa) berkategori sedang, sebesar 27% (4 Siswa) berkategori rendah, dan sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat rendah. Tingkat kelincahan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah adalah Sedang. Berikut adalah bentuk gambar diagram batangnya :



Gambar 2. Diagram batang tingkat kelincahan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

4. Koordinasi mata dan tangan

Komponen koordinasi mata dan tangan diukur dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok. Tes ini menghitung jumlah bola yang dapat ditangkap tanpa jatuh ketanah selama 30 detik. Dengan perolehan skor maksimal putra 65.94 dan putri 65.83 dan skor minimal putra 30.26 dan putri 34.86, rata-rata (*mean*) sebesar 50,00 dan *standar deviasi* sebesar 10.

Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan rumus menurut B. Syarifudin (2009: 113) menjadi lima kategori yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah sebagai berikut.

Tabel 6. Norma kategorisasi mata dan tangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

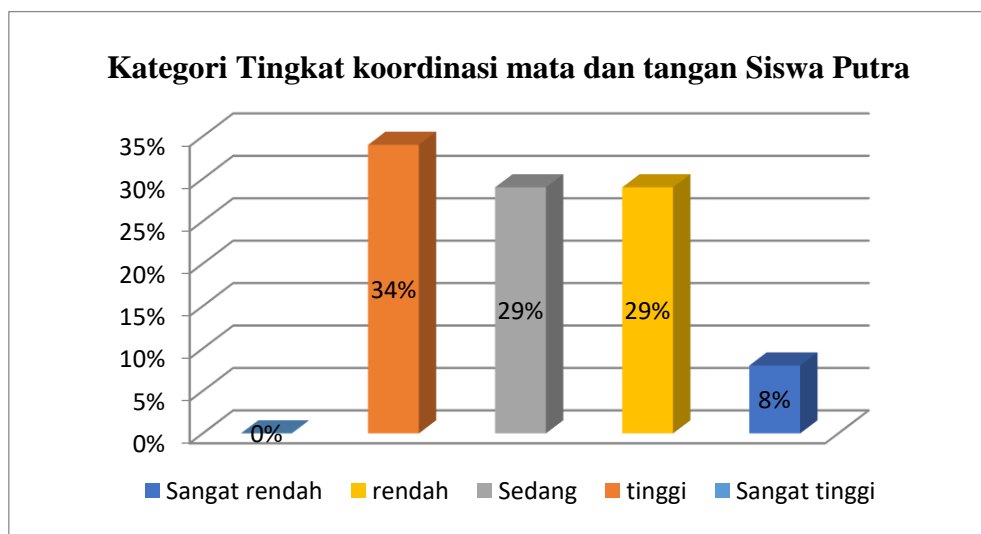
Formula	Batasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 65$	Sangat tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$55 \leq X < 65$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$45 \leq X < 55$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$35 \leq X < 45$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 35$	Sangat rendah

Berdasarkan pada kategorisasi tersebut di atas, maka distribusi tingkat koordinasi mata dan tangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah dapat diketahui dan diwujudkan ke dalam tabel berikut:

Tabel 7. Distribusi frekuensi koordinsi mata dan tangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 65$	Sangat tinggi	0	0%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	8	34%
$45 \leq X < 55$	Sedang	7	29%
$35 \leq X < 45$	Rendah	7	29%
$X \leq 35$	Sangat rendah	2	8%
Jumlah		24	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat koordinasi mata dan tangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah, sebesar 0% (0 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 34% (8 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 29% (7 Siswa) berkategori sedang, sebesar 29% (7 Siswa) berkategori rendah, dan sebesar 8% (2 Siswa) berkategori sangat rendah. Tingkat koordinasi mata dan tangan terbanyak ada di interval $55 \leq X < 65$, maka tingkat koordinasi mata dan tangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah adalah Tinggi. Berikut adalah bentuk gambar diagram batangnya:



Gambar 3. Diagram batang koordinasi mata dan tangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Tabel 6. Norma kategorisasi mata dan tangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

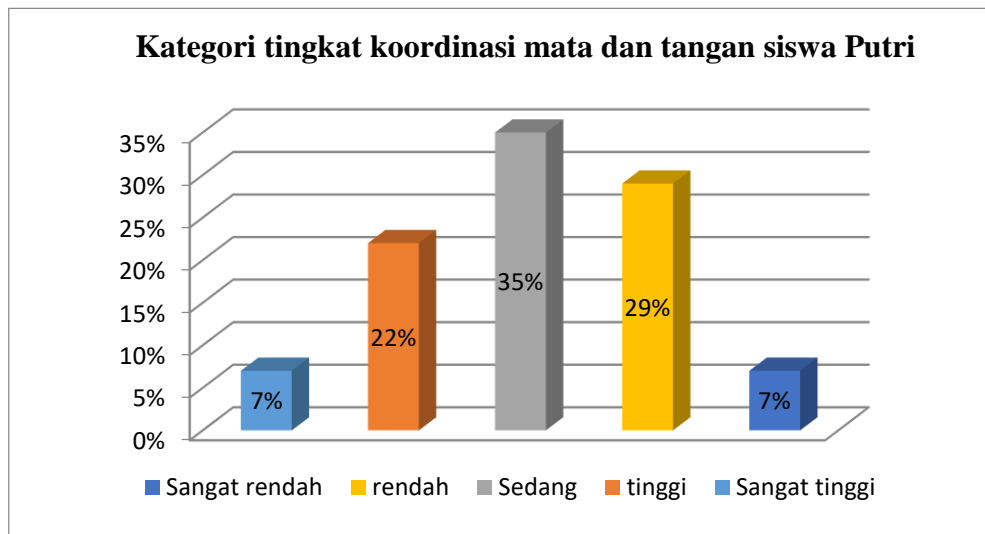
Formula	Batasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 65$	Sangat tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$55 \leq X < 65$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$45 \leq X < 55$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$35 \leq X < 45$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 35$	Sangat rendah

Berdasarkan pada kategorisasi tersebut di atas, maka distribusi tingkat koordinasi mata dan tangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah dapat diketahui dan diwujudkan ke dalam tabel berikut:

Tabel 7. Distribusi frekuensi koordinsi mata dan tangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 65$	Sangat tinggi	1	7%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	3	22%
$45 \leq X < 55$	Sedang	5	35%
$35 \leq X < 45$	Rendah	4	29%
$X \leq 35$	Sangat rendah	1	7%
Jumlah		15	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat koordinasi mata dan tangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah, sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 22% (3 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 35% (5 Siswa) berkategori sedang, sebesar 29% (4 Siswa) berkategori rendah, dan sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat rendah. Tingkat koordinasi mata dan tangan terbanyak ada di interval $55 \leq X < 65$, maka tingkat koordinasi mata dan tangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah adalah Sedang. Berikut dalah bentuk gambar diagram batangnya:



Gambar 3. Diagram batang koordinasi mata dan tangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

5. Keseimbangan

Komponen keseimbangan diukur dengan tes *stork stand positional balance*. Tes ini menghitung waktu yang dicatat dalam mempertahankan sikap tanpa memindahkan kaki. Dengan perolehan skor maksimal putra 75.91 dan putri 73.68 dan skor minimal putra 37.13 dan putri 32.61, rata-rata (*mean*) sebesar 50,00 dan *standar deviasi* sebesar 10. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan rumus menurut B. Syarifudin (2009: 113) menjadi lima kategori yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah sebagai berikut :

Tabel 8. Norma kategorisasi keseimbangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

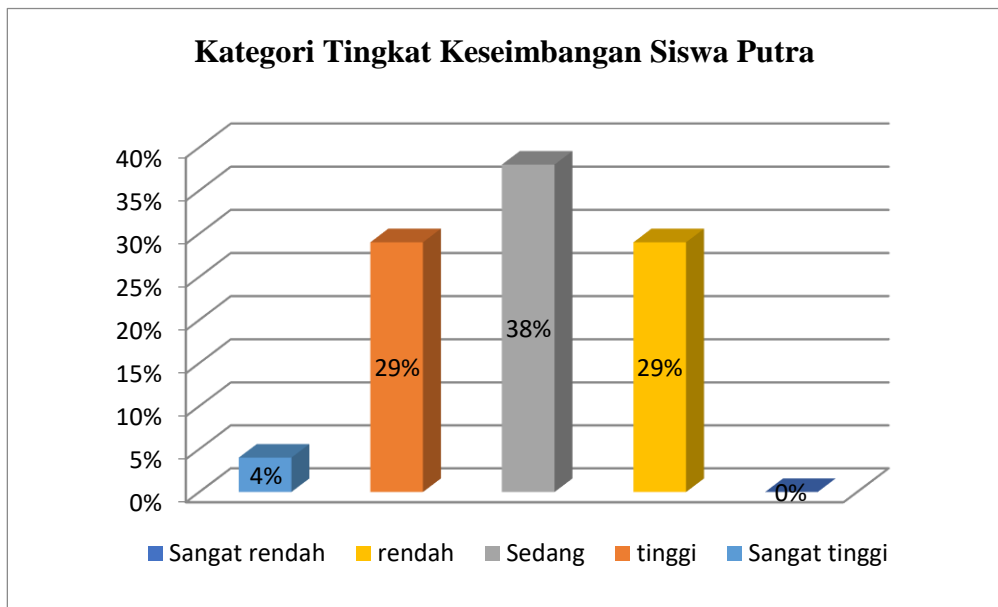
Formula	Batasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 65$	Sangat tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$55 \leq X < 65$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$45 \leq X < 55$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$35 \leq X < 45$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 35$	Sangat rendah

Berdasarkan pada ketegorisasi tersebut di atas, maka distribusi tingkat keseimbangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah dapat diketahui dan diwujudkan ke dalam tabel berikut:

Tabel 9. Distribusi frekuensi keseimbangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 65$	Sangat tinggi	1	4%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	7	29%
$45 \leq X < 55$	Sedang	9	38%
$35 \leq X < 45$	Rendah	7	29%
$X \leq 35$	Sangat rendah	0	0%
Jumlah		24	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat keseimbangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah, sebesar 4% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 29% (7 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 38% (9 Siswa) berkategori sedang, sebesar 29% (7 Siswa) berkategori rendah, dan sebesar 0% (0 Siswa) berkategori sangat rendah. Tingkat keseimbangan terbanyak ada di interval $45 \leq X < 55$, maka tingkat keseimbangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah adalah sedang. Berikut adalah bentuk gambar diagram batangnya:



Gambar 4. Diagram batang tingkat keseimbangan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Tabel 8. Norma kategorisasi keseimbangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

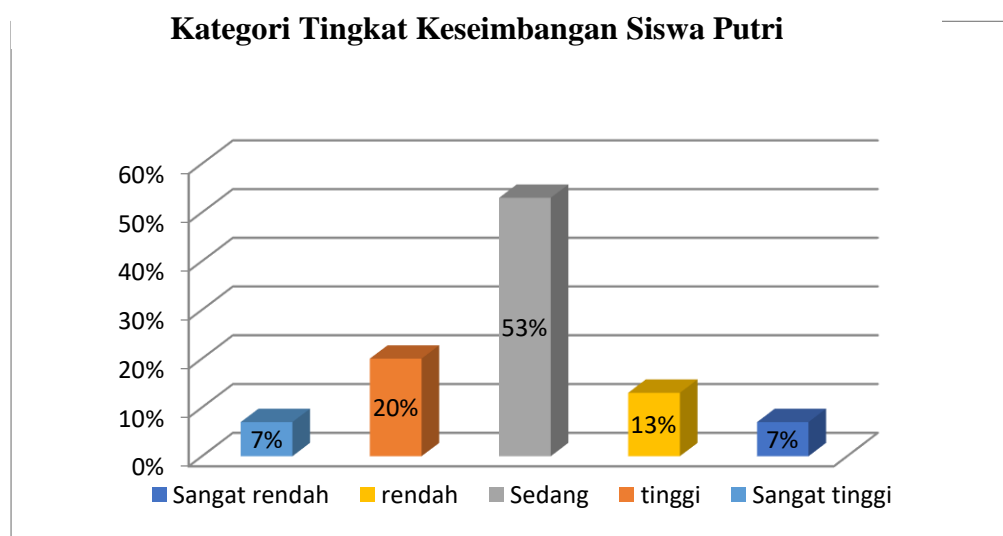
Formula	Batasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 65$	Sangat tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$55 \leq X < 65$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$45 \leq X < 55$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$35 \leq X < 45$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 35$	Sangat rendah

Berdasarkan pada kategorisasi tersebut di atas, maka distribusi tingkat keseimbangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah dapat diketahui dan diwujudkan ke dalam tabel berikut:

Tabel 9. Distribusi frekuensi keseimbangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 65$	Sangat tinggi	1	7%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	3	20%
$45 \leq X < 55$	Sedang	8	53%
$35 \leq X < 45$	Rendah	2	13%
$X \leq 35$	Sangat rendah	1	7%
Jumlah		15	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat keseimbangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah, sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 20% (3 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 53% (8 Siswa) berkategori sedang, sebesar 13% (2 Siswa) berkategori rendah, dan sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat rendah. Tingkat keseimbangan terbanyak ada di interval $45 \leq X < 55$, maka tingkat keseimbangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah adalah sedang. Berikut adalah bentuk gambar diagram batangnya:



Gambar 4. Diagram batang tingkat keseimbangan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

6. Kecepatan

Komponen kecepatan diukur dengan tes lari cepat 30 meter. Tes ini menghitung waktu yang ditempuh dalam melakukan lari 30 meter. Dengan perolehan skor maksimal putra 67.96 dan putri 69.05 dan skor minimal putra 16.33 dan putri 32.25 rata-rata (*mean*) sebesar 50,00 dan *standar deviasi* sebesar 10. Selanjutnya data dikategorikan sesuai dengan rumus menurut B. Syarifudin (2009: 113) menjadi lima kategori yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah sebagai berikut:

Tabel 10. Norma kategorisasi kecepatan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

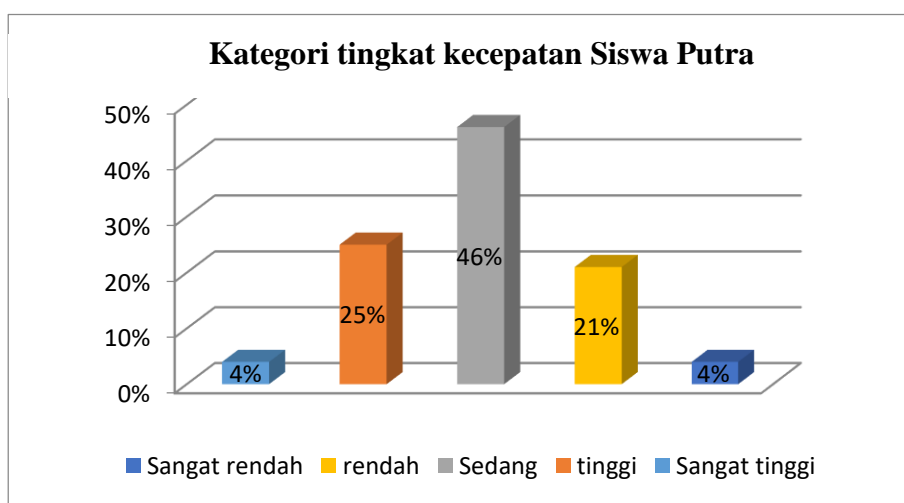
Formula	Batasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 65$	Sangat tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$55 \leq X < 65$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$45 \leq X < 55$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$35 \leq X < 45$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 35$	Sangat rendah

Berdasarkan pada kategorisasi tersebut di atas, maka distribusi tingkat kecepatan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah dapat diketahui dan diwujudkan ke dalam tabel berikut:

Tabel 11. Distribusi kecepatan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 65$	Sangat tinggi	1	4%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	6	25%
$45 \leq X < 55$	Sedang	11	46%
$35 \leq X < 45$	Rendah	5	21%
$X \leq 35$	Sangat rendah	1	4%
Jumlah		24	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat kecepatan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah, sebesar 4% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 25% (6 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 46% (11 Siswa) berkategori sedang, sebesar 21% (5 Siswa) berkategori rendah, dan sebesar 4% (1 Siswa) berkategori sangat rendah. Tingkat kecepatan terbanyak ada di interval $45 \leq X < 55$, maka tingkat kecepatan siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah adalah Sedang. Berikut adalah bentuk gambar diagram batangnya:



Gambar 5. Diagram batang tingkat siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Tabel 10. Norma kategorisasi kecepatan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Formula	Batasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 65$	Sangat tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$55 \leq X < 65$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$45 \leq X < 55$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$35 \leq X < 45$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 35$	Sangat rendah

Berdasarkan pada kategorisasi tersebut di atas, maka distribusi tingkat kecepatan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah dapat diketahui dan diwujudkan ke dalam tabel berikut:

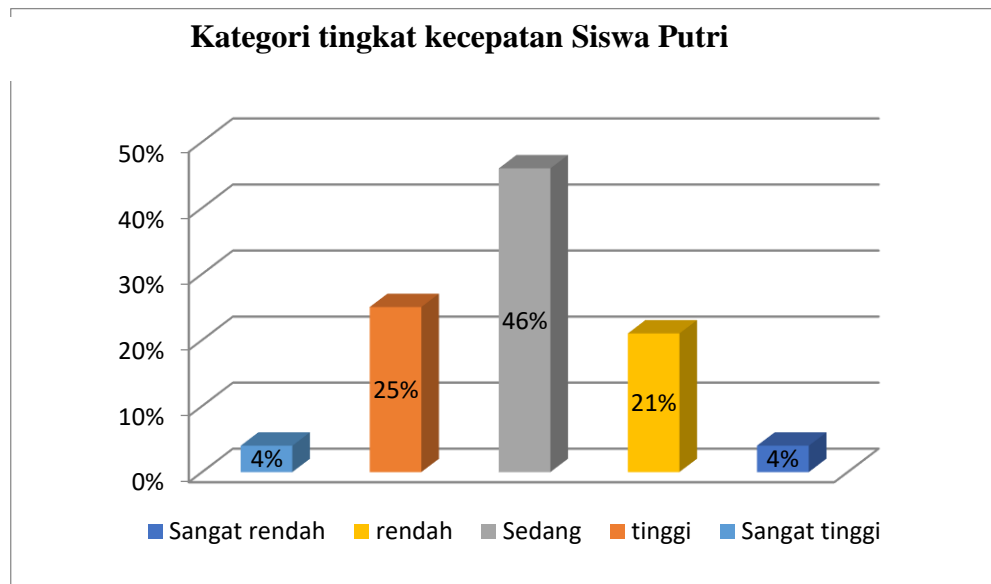
Tabel 11. Distribusi kecepatan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 65$	Sangat tinggi	1	7%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	3	20%
$45 \leq X < 55$	Sedang	7	47%
$35 \leq X < 45$	Rendah	2	13%
$X \leq 35$	Sangat rendah	2	13%
Jumlah		15	100%

Tabel di atas menunjukkan tingkat kecepatan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah, sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 20% (3 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 47% (7 Siswa) berkategori sedang, sebesar 13% (2 Siswa) berkategori rendah, dan sebesar 13% (2 Siswa) berkategori sangat rendah. Tingkat kecepatan terbanyak

ada di interval $45 \leq X < 55$, maka tingkat kecepatan siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah adalah Sedang.

Berikut adalah bentuk gambar diagram batangnya



Gambar 5. Diagram batang tingkat siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah.

C. Pembahasan

Berdasarkan data hasil pengukuran *motor ability* menunjukkan bahwa tingkat kemampuan motorik siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah berada pada kategori “sedang”. Dimana tingkat kemampuan motorik terbanyak ada di interval $185 \leq X < 215$ yaitu sebanyak 40% (11 Siswa) Dan tingkat kemampuan kemampuan motorik siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah berada pada kategori “sedang”. Dimana tingkat kemampuan motorik terbanyak ada di interval $188 \leq X < 212$ yaitu sebanyak 40% (6 Siswa). Ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik atau kemampuan gerak dasar yang merupakan gambaran umum

kemampuan Siswa dalam melakukan aktivitasnya termasuk dalam kategori sedang. Hal ini disebabkan karena sebagian besar Siswa memiliki pengalaman gerak yang hampir sama, namun memiliki tingkat keterampilan yang berbeda-beda. Semakin banyak perbendaharaan gerak dasarnya, semakin terampil melaksanakan keterampilan lainnya.

Secara rinci untuk presentase kategori “sedang” yang dilakukan oleh Siswa Putra kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah sebagai berikut: sebesar 4% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 25% (6 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 46% (11 Siswa) berkategori sedang, dan sebesar 4% (1 Siswa) berkategori sangat rendah dan Tingkat motorik Siswa Putri kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah, sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 20% (3 Siswa) berkategori tinggi, sebesar 40% (6 Siswa) berkategori sedang, sebesar 26% (4 Siswa) berkategori rendah dan sebesar 7% (1 Siswa) berkategori sangat rendah. Hal ini dipengaruhi karena pengalaman gerak yang dimiliki kurang, sehingga mempengaruhi aktivitas gerak motoriknya.

Kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak, disamping itu kemampuan motorik juga sebagai landasan keberhasilan masa datang didalam melakukan tugas keterampilan olahraga. Seseorang yang mempunyai kemampuan motorik tinggi diduga akan lebih berhasil dalam menyelesaikan tugas kemampuan motorik khusus. Kemampuan motorik seseorang memang berbeda-beda dan tergantung pada banyaknya pengalaman gerakan yang dikuasai. Hal tersebut dipertegas oleh

pernyataan menurut Yanuar Kiram (1992: 67), bahwa kemampuan seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda. Perbedaan tersebut antara lain dikarenakan oleh: perbedaan kondisi dan koordinasi yang dimiliki, perbedaan umur, perbedaan pengalaman gerakan (banyak atau sedikit), perbedaan jenis kelamin, perbedaan tujuan dan motivasi dalam mempelajari sesuatu keterampilan motorik, perbedaan kemampuan kognitif, dan perbedaan frekuensi latihan.

Secara empirik untuk mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap orang tidak hanya dapat dilihat melalui satu faktor saja, akan tetapi juga melalui berbagai faktor-faktor lainnya. Kemampuan motorik akan baik jika dilatih dengan baik tentu dengan frekuensi yang sering juga, dan dikaitkan dengan pembelajaran di lapangan. Maka dengan diketahuinya kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah tersebut, dimaksudkan ada upaya untuk meningkatkan kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara Jawa Tengah, sehingga dapat mempengaruhi keaktifan siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran penjas yang dimungkinkan dipengaruhi karena tingkat kemampuan motorik. Dengan semakin meningkatnya kemampuan motorik peserta pada anak usia dini maka akan meningkat pula kematangan dalam melakukan aktivitas gerak motoriknya.

D. Keterbatasan Penelitian

Di dalam pelaksanaan penelitian tentang tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD N I Suwidak Wanayasa Banjarnegara, peneliti menyadari akan adanya keterbatasan dan kekurangan penelitian ini. Keterbatasan selama penelitian, yaitu:

1. Sebelum dilaksanakan pengambilan data peneliti tidak memperhatikan kondisi fisik subjek penelitian. Hal itu dikarenakan peneliti tidak mampu mengontrol aktivitas yang dilakukan subjek sebelum pengambilan data.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol peserta tes apakah melakukan aktivitas yang berat atau tidak sebelum melakukan tes.
3. Keterbatasan tempat yang digunakan dalam pengambilan data, misalnya: pengambilan data dilaksanakan di halaman yang berbeda.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang tingkat kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara secara umum siswa mempunyai kemampuan motorik “sedang”. Secara rinci diperoleh hasil kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD N 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara, sebesar 4 % (1 siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 25% (6 siswa) berkategori tinggi, sebesar 46% (11 siswa) berkategori sedang, sebesar 21% (7 siswa) berkategori rendah, dan sebesar 4% (1 siswa) berkategori sangat rendah dan tingkat kemampuan motorik siswa putri kelas IV dan V SD N1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara, sebesar 7% (1 siswa) berkategori sangat tinggi, sebesar 20% (3 siswa) berkategori tinggi, sebesar 40% (6 siswa) berkategori sedang, sebesar 26% (4 siswa) berkategori rendah, dan sebesar 7% (1 siswa) berkategori sangat rendah.

B. Implikasi Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas penelitian ini berimplikasi pada :

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

memberikan kesempatan gerak secara luas terhadap anak sehingga pertumbuhan dan perkembangan motorik anak dapat berkembang secara optimal.

C. Saran – Saran

Sehubungan dengan hasil dari penelitian mengenai kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD N I Suwidak Wanayasa Banjarnegara, maka penulis mengajukan saran- saran sebagai berikut :

1. Kepada guru dan orang tua agar tidak membatasi anak bergerak pada setiap kesempatan waktu luangnya.
2. Alat dan fasilitas pendukung kemampuan motorik anak perlu disediakan di sekolah agar anak memperoleh kesempatan bergerak dengan baik.
3. Kepada para peneliti disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan melibatkan populasi yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Amung Ma'mun dan M. Saputra Yudha. (1999/2000). *Perkembangan Gerak Dan Belajar gerak*. Bandung: IKIP Bandung Press.
- Anas Sudijono.(1992). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: CV Rajawali.
- Agus Sujanto. (1984). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Aris Munandar. (2012). *Kemampuan Motorik Kiswa Kelas atas SD Negeri 1 Sanguwatang Kecamatan Karangjambu Kabupaten Purbalingga. (Skripsi)* Yogyakarta: FIK UNY.
- Burhan Nurgiyantoro, Gunawan, Marzuki. (2004). *Statistik Terapan*. Gajah Mada University Press.
- _____. (2000). *Pengukuran dan Evaluasi*. Jakarta: Dirjen Olahraga Depdiknas.
- Depdiknas. (2000). *Standar Kompetensi : Pelayanan Profesional dan Contoh Silabus*. Jakarta: Depdiknas <http://depdiknas.go.id>.
- Farida Trilystiani. (2015). *Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD N Karanganyar Donokerto Turi Sleman Yogyakarta*.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Elizabeth B Hurlock. (1978). *Perkembangan Anak Jilid I Edisi 6*. Jakarta: Erlangga.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS press.
- Nurhasan. (2000). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*.
Diakses dari <http://www.Blog> Tes dan Pengukuran. Pada tanggal 08 Agustus 2019, Jam 12.30 WIB.
- Mohamad Nasir.(2005). *Metode Penelitian* Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Mutohir dan Gusril.(2004). *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-anak*. Jakarta: Depdikbud RI
- Sugiyono.(2003). *perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Sugiyono.(2013). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif & kualitatif*. Bandung: ALFABETA.
- Suharsimi Arikunto.(2005). *prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek (Edisi Revisi)*. Jakarta: PT Adi Mahasatya.

- Pamuji Sukoco.(2004).*perkembangan Motorik Murid Sekolah Dasar Purwomartani.penelitian* . FIK: Universitas negeri Yogyakarta.
- Yanuar Kiram.(1992).*Belajar Motorik*Jakarta: Depdiknas.
- Sriwahyuni Fajar.Ch. (2017). *Belajar Motorik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Desmita.(2009). *Psikologi Perkembangan Peserta didik*.Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Rusli Rutan dan Adang Suherman. (2000). *Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Rusli Rutan. (2001). *Asas-asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Slameto. (2005). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukintaka. (2002). *Teori Bermain untuk D2 PGSD Penjaskes* Jakarta:Depdikbud.
- Syarifudin. (2010). *Tes Prestasi Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Trisawati Tamat, (2006).*Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Universitas Terbuka
- Toha Cholik Mutohir & Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-anak*. Jakarta: Depdikbud RI.
- Universitas Negeri Yogyakarta. (2016). *Pedoman Tugas Akhir*. Yogyakarta:UNY.
- Zulkifli. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.



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 : 07.04/UN.34.16/PP/2019.
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian.

3 Juli 2019

Kepada Yth.
Kepala KASBANGPOLINMAS Kabupaten Banjarnegara
di Tempat.

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

Nama : Irnawati
NIM : 17604227033
Program Studi : PGSD Penjas
Dosen Pembimbing : Dr. Yudanto, M.Pd.
NIP : 198107022005011001
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : 16 s/d 17 Juli 2019.
Tempat : SD Negeri 1 Suwidak Kec. Wanayasa Kab. Banjarnegara
Judul Skripsi : Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara.

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



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

- Tembusan :
1. Kepala SD Negeri I Suwidak
 2. Kaprodi PGSD Penjas.
 3. Pembimbing Tas.
 4. Mahasiswa ybs.



PEMERINTAH KABUPATEN BANJARNEGARA
DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAHRAGA
SEKOLAH DASAR NEGERI 1 SUWIDAK

Alamat : Suwidak Rt.06/Rw.02, Kecamatan Wanayasa, Kabupaten Banjarnegara

Nomor Statistika Sekolah

1	0	1	0	3	0	4	1	7	0	1	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

SURAT KETERANGAN

NO. 421.4/...../2019

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri 1 Suwidak. Dengan ini menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : Imawati
NIM : 17604227033
Prodi : PGSD Penjas
Jurusan/Fakultas : PJKR FIK UNY

Mahasiswa tersebut telah melaksanakan pengambilan data untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa SD Negeri 1 Suwidak sebagai bahan pembuatan TA Skripsi dengan judul "Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 1 Suwidak Wanayasa Banjarnegara" Pengambilan data tersebut dilaksanakan pada :

Hari / Tanggal : Senin dan Kamis , tanggal 17 dan 20 Juni 2019
Tempat : Halaman SD Negeri 1 Suwidak
Waktu : Pukul. 07.30 – 09.30 WIB.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Suwidak, 20 Juli 2019

Kepala Sekolah



TUWARIS, S.Pd. I

NIP. 196001011984051010

HASIL KEMAMPUAN MOTORIK SISWA PUTRA KELAS IV & V												
SD NEGERI 1 SUWIDAK KEC. WANAYASA KAB BANJARNEGARA												
Tes Kemampuan Motorik										KM	Total	
Kelas	No	Shuttle Run 4x10 m		Lempar Tangkap Bola jarak 1 m		Strorik Stand Positional Balance		Lari Cepat 30 m				Total
		Detik	T Score	Point	T Score	Detik	T Score	Detik	T Score	Skor	Kategori	
IV	1	12,07	51,33	6	35,79	8,09	39,72	6,24	45,81	172,65	43	Rendah
IV	2	13,50	38,03	23	60,23	29,79	57,32	5,93	49,87	205,45	51	Sedang
IV	3	11,60	55,7	21	57,37	33,99	60,72	5,24	58,92	232,71	58	Tinggi
IV	4	11,41	57,46	14	47,38	29,09	56,75	5,76	52,10	213,69	53	Sedang
IV	5	15,52	19,25	4	33,11	15,15	45,44	8,49	16,33	114,13	29	Sangat Rendah
IV	6	12,39	48,35	13	45,96	6,09	38,10	5,58	54,46	186,87	47	Sedang
IV	7	11,80	53,84	26	64,51	39,20	64,95	5,76	52,10	235,40	59	Tinggi
IV	8	12,30	49,19	21	57,37	13,85	44,39	5,88	50,53	201,48	50	Sedang
IV	9	11,50	56,63	23	60,23	19,72	49,15	4,55	67,96	233,97	58	Tinggi
IV	10	10,54	65,55	19	54,52	15,55	45,77	5,67	53,28	219,12	55	Tinggi
V	11	11,23	59,14	12	44,53	34,12	60,83	5,11	60,62	225,12	56	Tinggi
V	12	12,72	45,29	18	53,09	17,14	47,06	6,01	48,83	194,27	49	Sedang
V	13	11,70	54,77	19	54,52	52,71	75,91	5,23	59,05	244,25	61	Sangat Tinggi
V	14	13,35	39,43	10	41,68	4,90	37,13	6,40	43,72	161,96	40	Rendah
V	15	13,56	37,38	18	53,09	19,15	48,69	6,66	40,31	179,47	45	Rendah
V	16	12,20	50,12	23	60,23	34,41	61,06	5,26	58,65	230,06	58	Tinggi
V	17	12,24	49,75	2	30,26	20,39	49,69	6,55	41,75	171,45	43	Rendah
V	18	11,20	59,42	12	44,53	16,92	46,88	5,28	58,39	209,22	52	Sedang
V	19	12,31	49,1	10	41,68	5,23	37,40	5,96	49,48	177,66	44	Rendah
V	20	13,31	39,8	24	61,65	8,64	40,16	6,25	45,68	187,29	47	Sedang
V	21	12,50	47,33	27	65,94	9,21	40,62	6,31	44,90	198,79	50	Sedang
V	22	11,96	52,35	11	43,2	31,73	58,89	6,07	48,05	202,49	51	Sedang
V	23	11,10	60,35	14	47,38	18,19	47,91	5,37	57,21	212,85	53	Sedang
V	24	11,10	60,35	10	41,68	15,22	45,50	6,53	42,01	189,54	47	Sedang
Jumlah		293,11	1199,91	380,00	1199,93	498,48	1200,04	142,09	1200,01	4799,89	1199,97	
Mean/Rata-Rata		12,21	50,00	25,33	50,00	33,23	50,00	9,47	50,00	200,00	80,00	
Standart Deviasiasi		1,07558	10,00	7,00724	10,00	12,32887	10	0,76322	10,00	29,18680	10,00	
Skor Maksimal		15,52	65,55	27,00	65,94	52,71	75,91	8,49	67,96	244,25	61,06	
Skor Minimal		10,54	19,25	2,00	30,26	4,90	37,13	4,55	16,33	114,13	28,53	
X ≥ 244										1	4%	Sangat Tinggi
215 ≤ X < 244										6	25%	Tinggi
185 ≤ X < 215										11	46%	Sedang
156 ≤ X < 185										5	21%	Rendah
≤ 156										1	4%	Sangat Rendah

HASIL KEMAMPUAN MOTORIK SISWA PUTRI KELAS IV & V													
SD NEGERI 1 SUWIDAK KEC. WANAYASA KAB BANJARNEGARA													
Tes Kemampuan Motorik											KM	Total	
Kelas	No	Shuttle-Run 4x10 m		Lempar Tangkap Bola jarak 1 m		Stork Stand Positional Balance		Lari Cepat 30 m		Total		Kategori	
		Detik	T Score	Point	T Score	Detik	T Score	Detik	T Score	Skor			
IV	1	12,67	56,01	7	37,44	17,46	47,68	6,37	53,43	194,56	49	Sedang	
IV	2	13,27	49,40	27	63,25	22,46	55,30	6,38	53,22	221,17	55	Tinggi	
IV	3	14,20	39,16	16	49,05	7,57	32,61	6,19	57,13	177,95	44	Rendah	
IV	4	12,84	54,13	24	59,38	9,14	35,00	6,48	51,17	199,68	50	Sedang	
IV	5	13,16	50,61	24	59,38	16,16	45,70	6,56	49,52	205,21	51	Sedang	
IV	6	15,28	27,26	16	49,05	34,52	73,68	7,19	36,57	186,56	47	Rendah	
IV	7	13,30	49,07	5	34,86	25,45	59,86	7,40	32,25	176,04	44	Rendah	
IV	8	14,63	34,42	9	40,02	15,80	45,15	7,28	34,72	154,31	39		
IV	9	12,90	53,47	20	54,21	24,33	58,15	6,22	56,51	222,34	56	Tinggi	
IV	10	13,49	46,98	9	40,02	18,50	49,31	6,57	49,31	185,62	46	Rendah	
IV	11	12,90	53,47	9	40,02	22,15	54,83	6,39	53,02	201,34	50	Sedang	
IV	12	12,27	60,41	17	50,34	19,90	51,40	5,95	62,06	224,21	56	Tinggi	
V	13	11,73	66,36	29	65,83	19,58	50,91	5,61	69,05	252,15	63	Sangat Tinggi	
V	14	13,05	51,82	15	47,76	16,30	44,91	6,80	44,59	189,08	47	Sedang	
V	15	12,54	57,44	24	59,38	15,42	45,57	6,66	47,46	209,85	52	Sedang	
Jumlah		198,23	750,01	251,00	749,99	284,74	750,06	98,05	750,01	3000,07	750,02		
Mean/Rata-Rata		13,22	50,00	16,73	50,00	18,98	50,00	6,54	50,00	200,00	50,00		
Standart Devisia		0.90801	10,00	7.75027	10,00	6.56188	10,00	0.48634	10,00	23,99893	10,00		
Skor Maksimal		15,28	66,36	29,00	65,83	34,52	73,68	7,40	69,05	252,15	63,04		
Skor Minimal		11,73	27,26	5	34,86	7,57	32,61	5,61	32,25	154,31	38,58		
										X ≥ 236	1	7%	Sangat Tinggi
										212 ≤ X < 236	3	20%	Tinggi
										188 ≤ X < 212	6	40%	Sedang
										164 ≤ X < 188	4	26%	Rendah
										≤ 164	1	7%	Sangat Rendah

Lampiran 5. Statistik Deskriptif

A. Data Kasar Siswa Putra

Frequencies

		Statistics			
		Shuttle-Run 4x10 M	Lempar Tangkap Bola	Strork Stand Positional Balance	Lari Cepat 30 M
N	Valid	24	24	24	24
	Missing	0	0	0	0
Mean		12.2129	15.8333	20.7625	5.9204
Std. Deviation		1.07558	7.00724	1.23172E1	.76322
Minimum		10.54	2.00	4.90	4.55
Maximum		15.52	27.00	52.71	8.49

Frequency Table

		Shuttle-Run 4x10 M			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10.54	1	4.2	4.2	4.2
	11.1	2	8.3	8.3	12.5
	11.2	1	4.2	4.2	16.7
	11.23	1	4.2	4.2	20.8
	11.41	1	4.2	4.2	25.0
	11.5	1	4.2	4.2	29.2
	11.6	1	4.2	4.2	33.3
	11.7	1	4.2	4.2	37.5
	11.8	1	4.2	4.2	41.7
	11.96	1	4.2	4.2	45.8
	12.07	1	4.2	4.2	50.0
	12.2	1	4.2	4.2	54.2

Shuttle-Run 4x10 M

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
12.24	1	4.2	4.2	58.3
12.3	1	4.2	4.2	62.5
12.31	1	4.2	4.2	66.7
12.39	1	4.2	4.2	70.8
12.5	1	4.2	4.2	75.0
12.72	1	4.2	4.2	79.2
13.31	1	4.2	4.2	83.3
13.35	1	4.2	4.2	87.5
13.5	1	4.2	4.2	91.7
13.56	1	4.2	4.2	95.8
15.52	1	4.2	4.2	100.0
Total	24	100.0	100.0	

Lempap Tangkap Bola

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2	1	4.2	4.2	4.2
4	1	4.2	4.2	8.3
6	1	4.2	4.2	12.5

10	3	12.5	12.5	25.0
11	1	4.2	4.2	29.2
12	2	8.3	8.3	37.5
13	1	4.2	4.2	41.7
14	2	8.3	8.3	50.0
18	2	8.3	8.3	58.3
19	2	8.3	8.3	66.7
21	2	8.3	8.3	75.0
23	3	12.5	12.5	87.5
24	1	4.2	4.2	91.7
26	1	4.2	4.2	95.8
27	1	4.2	4.2	100.0
Total	24	100.0	100.0	

Strok Stand Positional Balance

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4.9	1	4.2	4.2	4.2
	5.23	1	4.2	4.2	8.3
	6.09	1	4.2	4.2	12.5
	8.09	1	4.2	4.2	16.7
	8.64	1	4.2	4.2	20.8
	9.21	1	4.2	4.2	25.0
	13.85	1	4.2	4.2	29.2
	15.15	1	4.2	4.2	33.3
	15.22	1	4.2	4.2	37.5
	15.55	1	4.2	4.2	41.7
	16.92	1	4.2	4.2	45.8
	17.14	1	4.2	4.2	50.0
	18.19	1	4.2	4.2	54.2
	19.15	1	4.2	4.2	58.3
	19.72	1	4.2	4.2	62.5
	20.39	1	4.2	4.2	66.7
	29.09	1	4.2	4.2	70.8
	29.79	1	4.2	4.2	75.0
	31.73	1	4.2	4.2	79.2
	33.99	1	4.2	4.2	83.3
	34.12	1	4.2	4.2	87.5
	34.41	1	4.2	4.2	91.7
	39.02	1	4.2	4.2	95.8
	52.71	1	4.2	4.2	100.0
Total		24	100.0	100.0	

Lari Cepat 30 M

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4.55	1	4.2	4.2	4.2
	5.11	1	4.2	4.2	8.3
	5.23	1	4.2	4.2	12.5
	5.24	1	4.2	4.2	16.7
	5.26	1	4.2	4.2	20.8
	5.28	1	4.2	4.2	25.0
	5.37	1	4.2	4.2	29.2
	5.58	1	4.2	4.2	33.3
	5.67	1	4.2	4.2	37.5
	5.76	2	8.3	8.3	45.8
	5.88	1	4.2	4.2	50.0
	5.93	1	4.2	4.2	54.2
	5.96	1	4.2	4.2	58.3
	6.01	1	4.2	4.2	62.5
	6.07	1	4.2	4.2	66.7
	6.24	1	4.2	4.2	70.8
	6.25	1	4.2	4.2	75.0
	6.31	1	4.2	4.2	79.2
	6.4	1	4.2	4.2	83.3
	6.53	1	4.2	4.2	87.5
	6.55	1	4.2	4.2	91.7
	6.66	1	4.2	4.2	95.8
	8.49	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

B. Data Kasar Siswa Putri

Frequencies

Statistics

		Shuttle-Run 4x10 M	Lempar Tangkap Bola	Stork Stand Positional Balance	Lari Cepat 30 M
N	Valid	15	15	15	15
	Missing	0	0	0	0
Mean		13.2153	16.7333	18.9827	6.5367
Std. Deviation		.90801	7.75027	6.56188	.48634
Minimum		11.73	5.00	7.57	5.61
Maximum		15.28	29.00	34.52	7.40

Shuttle-Run 4x10 M

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11.73	1	6.7	6.7	6.7
	12.27	1	6.7	6.7	13.3
	12.54	1	6.7	6.7	20.0
	12.67	1	6.7	6.7	26.7
	12.84	1	6.7	6.7	33.3
	12.9	2	13.3	13.3	46.7
	13.05	1	6.7	6.7	53.3
	13.16	1	6.7	6.7	60.0
	13.27	1	6.7	6.7	66.7
	13.3	1	6.7	6.7	73.3
	13.49	1	6.7	6.7	80.0
	14.2	1	6.7	6.7	86.7
	14.63	1	6.7	6.7	93.3
	15.28	1	6.7	6.7	100.0
Total		15	100.0	100.0	

Lempar Tangkap Bola

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	1	6.7	6.7	6.7
	7	1	6.7	6.7	13.3
	9	3	20.0	20.0	33.3
	15	1	6.7	6.7	40.0
	16	2	13.3	13.3	53.3
	17	1	6.7	6.7	60.0
	20	1	6.7	6.7	66.7
	24	3	20.0	20.0	86.7
	27	1	6.7	6.7	93.3
	29	1	6.7	6.7	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

Stork Stand Positional Balance

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7.57	1	6.7	6.7	6.7
	9.14	1	6.7	6.7	13.3
	15.42	1	6.7	6.7	20.0
	15.8	1	6.7	6.7	26.7
	16.16	1	6.7	6.7	33.3
	16.3	1	6.7	6.7	40.0
	17.46	1	6.7	6.7	46.7
	18.5	1	6.7	6.7	53.3
	19.58	1	6.7	6.7	60.0
	19.9	1	6.7	6.7	66.7
	22.15	1	6.7	6.7	73.3
	22.46	1	6.7	6.7	80.0
	24.33	1	6.7	6.7	86.7
	25.45	1	6.7	6.7	93.3
	34.52	1	6.7	6.7	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

Lari Cepat 30 M

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5.61	1	6.7	6.7	6.7
	5.95	1	6.7	6.7	13.3
	6.19	1	6.7	6.7	20.0
	6.22	1	6.7	6.7	26.7
	6.37	1	6.7	6.7	33.3
	6.38	1	6.7	6.7	40.0
	6.39	1	6.7	6.7	46.7
	6.48	1	6.7	6.7	53.3
	6.56	1	6.7	6.7	60.0
	6.57	1	6.7	6.7	66.7
	6.66	1	6.7	6.7	73.3
	6.8	1	6.7	6.7	80.0
	7.19	1	6.7	6.7	86.7
	7.28	1	6.7	6.7	93.3
	7.4	1	6.7	6.7	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

C. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Putra

Frequencies

Statistics

Kemampuan Motorik Putra

N	Valid	24
	Missing	0
Mean		2.0000E2
Std. Deviation		2.91868E1
Minimum		114.13
Maximum		244.25

Kemampuan Motorik Putra

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	114.13	1	4.2	4.2	4.2
	161.96	1	4.2	4.2	8.3
	171.45	1	4.2	4.2	12.5
	172.65	1	4.2	4.2	16.7
	177.66	1	4.2	4.2	20.8
	179.47	1	4.2	4.2	25.0
	186.87	1	4.2	4.2	29.2
	187.29	1	4.2	4.2	33.3
	189.54	1	4.2	4.2	37.5
	194.27	1	4.2	4.2	41.7
	198.79	1	4.2	4.2	45.8
	201.48	1	4.2	4.2	50.0
	202.49	1	4.2	4.2	54.2
	205.45	1	4.2	4.2	58.3
	209.22	1	4.2	4.2	62.5
	212.85	1	4.2	4.2	66.7
	213.69	1	4.2	4.2	70.8
	219.12	1	4.2	4.2	75.0
	225.12	1	4.2	4.2	79.2
	230.06	1	4.2	4.2	83.3
	232.71	1	4.2	4.2	87.5
	233.97	1	4.2	4.2	91.7
	235.4	1	4.2	4.2	95.8
	244.25	1	4.2	4.2	100.0
Total		24	100.0	100.0	

Formula	Baasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 244$	Sangat tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$215 \leq X < 244$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$185 \leq X < 215$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$156 \leq X < 185$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 156$	Sangat rendah

Interval	Kategori	Frekuensi	presentase
$X \geq 244$	Sangat tinggi	1	4%
$215 \leq X < 244$	Tinggi	6	25%
$185 \leq X < 215$	Sedang	11	46%
$156 \leq X < 185$	Rendah	5	21%
$X \leq 156$	Sangat rendah	1	4%
Jumlah		24	100%

D. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Putri

Frequencies

Statistics

Kemampuan Motorik Putri

N	Valid	15
	Missing	0
Mean		2.0000E2
Std. Deviation		2.39989E1
Minimum		154.31
Maximum		252.15

Kemampuan Motorik Putri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	154.31	1	6.7	6.7	6.7
	176.04	1	6.7	6.7	13.3
	177.95	1	6.7	6.7	20.0
	185.62	1	6.7	6.7	26.7
	186.56	1	6.7	6.7	33.3
	189.08	1	6.7	6.7	40.0
	194.55	1	6.7	6.7	46.7
	199.68	1	6.7	6.7	53.3
	201.34	1	6.7	6.7	60.0
	205.21	1	6.7	6.7	66.7
	209.85	1	6.7	6.7	73.3
	221.17	1	6.7	6.7	80.0
	222.34	1	6.7	6.7	86.7
	224.21	1	6.7	6.7	93.3
	252.15	1	6.7	6.7	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

Formula	Baasan	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	$X \geq 236$	Sangat tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	$212 \leq X < 236$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	$188 \leq X < 212$	Sedang
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	$164 \leq X < 188$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	$X \leq 164$	Sangat rendah

Interval	Kategori	Frekuensi	presentase
$X \geq 236$	Sangat tinggi	1	7%
$212 \leq X < 236$	Tinggi	3	20%
$188 \leq X < 212$	Sedang	6	40%
$164 \leq X < 188$	Rendah	4	26%
$X \leq 164$	Sangat rendah	1	7%
Jumlah		15	100%

DOKUMENTASI TES DAN PENGUKURAN KEMAMPUAN MOTORIK



Gambar 1. Tes Shuttle Run 4 X 10 meter





Gambar 2. Tes lempar Tangkap Bola Kasti jarak 1 meter dari tembok





Gambar 3. Tes Keseimbangan Tubuh





Gambar 4. Lari 30 meter



Gambar 5. Lari 30 meter.

