

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMP NEGERI4 NGAGLIK**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh

Rizal Fahmi
NIM 16601241022

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI NGALIK

Disusun Oleh:

Rizal Fahmi
16601241022

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

Yogyakarta, 7 April 2020

Mengetahui

Ketua Program Studi



Dr. Jaka Sunardi, M. Kes

NIP. 19610731 199001 1 001

Dosen Pembimbing



Sujarwo, S. Pd., Jas. M. Or

NIP. 198303142008011012

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rizal Fahmi
NIM : 16601241022
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Motorik Kelas VIII SMP Negeri 4
Ngaglik

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan tidak terdapat pendapat atau karya orang lain melainkan sebagai bahan acuan atau rujukan untuk melengkapi skripsi ini dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 7 April 2020

Yang menyatakan

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rizal Fahmi', with a horizontal line underneath it.

Rizal Fahmi

NIM 16601241022

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 4 NGAGLIK

Disusun Oleh:
Rizal Fahmi
16601241022

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 23 April 2020

TIM PENGUJI

Nama dan Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Sujarwo, M. Or. Ketua Penguji/Pembimbing		27 Mei 2020
Nurhadi Santoso, M. Pd Sekertaris Penguji		2 Juni 2020
Dr. Yudanto, M. Pd Penguji Utama		23 Mei 2020

Yogyakarta, Juni 2020

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



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

MOTTO

1. Sebaik-baiknya manusia adalah yang paling bermanfaat bagi sesamanya.
2. Apa yang kita dengar dan yang kita lihat akan menentukan bagaimana tindakan kita selanjutnya.
3. Perbedaan adalah hal yang wajar dalam kehidupan, saling menghargai, dan tidak merasa yang paling benar adalah sikap yang perlu diutamakan.
4. Terkadang kepentingan pribadi membuat silaturahmi menjadi berantakan, bijaklah dan sabarlah ketika menjalaninya.

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Kepada Ibu saya Sri Wuryani yang dengan gigih dan tabah atas dasar cinta dan kewajiban telah membiayai perkuliahan saya dari awal sampai selesai. Juga kepada Almarhum Bapak saya Kuwat Santosa yang telah mendahului saya ke rahmatullah semoga amalnya diterima dan ditempatkan di surga yang mulia bersama Allah dan Rasul-Nya.
2. Kepada Mbah Sri Kardjono yang telah merawat dan mendidik saya di Jogja dengan sabar dan cinta yang tulus.
3. Kepada seluruh keluarga Jogja yang mau menerima saya untuk dapat tinggal menetap di rumah mereka dan turut serta membantu perkuliahan saya.
4. Kepada kedua kakak saya Muhammad Irfan Aziz dan Syamsul Hadi Arifin yang turut serta membantu perkuliahan saya.

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 4 NGAGLIK

Oleh

Rizal Fahmi
NIM 16601241022

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh ketidakpedulian pendidik dan peserta didik terhadap kemampuan motorik terlihat dari banyaknya peserta didik yang mengalami obesitas. Selain itu pendidik yang belum mengetahui/kesulitan dalam mengukur tingkat kemampuan motorik peserta didiknya. Penelitian ini dilakukan agar pendidik dan pihak yang terkait melihat kemampuan motorik anak sebagai bahan evaluasi agar dapat menyusun pembelajaran yang lebih baik. Tidak hanya dalam bidang akademik tetapi juga dalam bidang non-akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik.

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode survei adalah metode yang diterapkan oleh peneliti untuk memperoleh data penelitian dengan teknik tes dan pengukuran. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan teknik *proporsive sampling*. Populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik yang berjumlah 123 peserta didik. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 41 peserta didik. Penelitian ini menggunakan tes *Barrow Motor Ability Test* yang terdiri dari 6 tes yaitu *standing board jump*, *sottball throw*, *zig-zag run*, *wall pass*, *medicine ball-put*, dan *run 60 yard*.

Hasil dari penelitian tingkat kemampuan motorik secara keseluruhan peserta didik SMP Negeri 4 Ngaglik adalah 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori kurang sekali, 4 peserta didik (9,76%) berada pada kategori kurang, 33 peserta didik (80,49%) berada pada kategori sedang, 4 peserta didik (9,76%) berada pada kategori baik, dan 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori baik sekali.

Kata kunci: *kemampuan motorik*

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis bisa sehat dan dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik”. Serta shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad Salallahu ‘Alaihi Wasalam.

Selama penulisan tugas akhir skripsi ini tentunya penulis mengalami banyak hambatan. Penulis akhirnya mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan mendapat motivasi dari orang tua dan keluarga disertai dengan doa dan usaha. Penulisan tugas akhir skripsi ini tentunya juga dibantu oleh berbagai pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terimakasih setulus-tulusnya kepada:

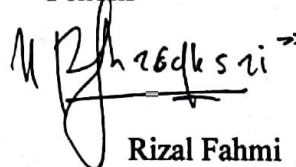
1. Sujarwo, S.Pd., Jas.M.Or selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama penyusunan skripsi sehingga bisa terselesaikanya Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Sujarwo, S.Pd., Jas.M.Or., Nurhadi S. Pd., M. Pd, dan Yudanto, S. Pd. Jas., M. Pd. Selaku Ketua Penguji, Sekretaris dan Penguji I yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Dr. Jaka Sunardi, M.Kes. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan fasilitas dan bantuan selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

4. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Drs. Soesiyanto M. Pd., selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 4 Ngaglik, serta Guru, dan Peserta Didik yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Keluarga Yogyakarta yang selalu membantu, merawat, dan mendidik saya selama masa 4 tahun perkuliahan,
7. Sahabat-sahabat saya di kelas PKJR A 2016 yang selama 4 tahun perkuliahan menjadi tempat berkeluh kesah, berbagi canda tawa, dan menciptakan kenangan-kenangan yang berkesan pada setiap pertemuannya.
8. Dwi Widyawati Wijaya Kusuma sebagai seseorang yang selalu terlibat dan membantu penyelesaian Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga bantuan yang telah diberikan kepada penulis dalam penyelesaian Tugas Akhir Skripsi ini Allah Subhanahu wa ta'ala membalas dengan balasan yang lebih baik. Penulis juga menyadari bahwa dalam penulisan tugas akhir skripsi ada banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Maka saran dan kritik yang membangun akan berguna untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga tugas akhir skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Sragen, 11 April 2020

Penulis


Rizal Fahmi

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR DIAGRAM	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II.....	7
KAJIAN PUSTAKA	7
A. Deskripsi Teori	7
1. Hakikat Kemampuan Motorik.....	7
2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik	9
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik	11
4. Fungsi Kemampuan Motorik	12
5. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama	13
B. Penelitian yang Relevan	15
C. Kerangka Berpikir	16

BAB III.....	18
METODE PENELITIAN	18
A. Desain Penelitian	18
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	18
C. Waktu dan Tempat Penelitian	18
D. Populasi dan Sampel Penelitian	19
1. Populasi Penelitian	19
2. Sampel Penelitian	19
E. Instumen Penelitian.....	20
1. Instumen Penelitian	20
2. Teknik pengumpulan Data.....	23
F. Teknik Analisis Data	23
BAB IV	27
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	27
A. Hasil Analisis Data Penelitian	27
1. Kemampuan Motorik Secara Keseluruhan	27
2. Power otot tungkai yang diukur dengan komponen <i>Standing Board Jump</i> 28	
3. Power otot lengan dan bahu yang diukur dengan komponen <i>Sottball Throw</i> 30	
4. Kelincahan yang diukur dengan komponen <i>Zig-Zag Run</i>	31
5. Koordinasi mata dan tangan yang diukur dengan komponen <i>Wall Pass</i> ..	32
6. Power otot lengan yang diukur dengan komponen <i>Medicine Ball-Put</i>	33
7. Kecepatan yang diukur dengan komponen <i>Run 60 Yard</i>	35
B. Pembahasan.....	36
C. Keterbatasan Penelitian	41
BAB V	42
KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
A. Kesimpulan.....	42
B. Implikasi Penelitian.....	42
C. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA	44

LAMPIRAN	47
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Jumlah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik.....	19
Tabel 2. Klasifikasi Tingkatan dalam Bentuk Persentase Tiap Variabel	26
Tabel 3. Distribusi Kemampuan Motorik.....	27
Tabel 4. Distribusi Kemampuan Power Otot Tungkai	29
Tabel 5. Distribusi Kemampuan Power Otot Lengan dan Bahu	30
Tabel 6. Distribusi Kemampuan Kelincahan.....	31
Tabel 7. Distribusi Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan	32
Tabel 8. Distribusi Kemampuan Power Otot Lengan	34
Tabel 9. Distribusi Kemampuan Kecepatan	35

DAFTAR DIAGRAM

Gambar 1. Diagram Kemampuan Motorik.....	28
Gambar 2. Diagram Kemampuan Power Otot Tungkai	29
Gambar 3. Diagram Kemampuan Power Otot Lengan dan Bahu.....	31
Gambar 4. Diagram Kemampuan Kelincahan.....	32
Gambar 5. Diagram Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan.....	33
Gambar 6. Diagram Kemampuan Power Otot Lengan	35
Gambar 7. Diagram Kemampuan Kecepatan	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengajuan Judul	48
Lampiran 2. Surat Pengajuan Pembimbing	49
Lampiran 3. Kartu Bimbingan.....	50
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian	51
Lampiran 5. Surat Izin Peminjaman Alat.....	52
Lampiran 6. Surat Bukti Penelitian dari Sekolah.....	53
Lampiran 7. Petunjuk Pelaksanaan Tes	54
Lampiran 8. Tabel Pencatatan Skor Tes.....	56
Lampiran 9. Tabel Hasil Olah Data	57
Lampiran 10. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	59
Lampiran 11. Hasil Uji Pengkategorian.....	60
Lampiran 12. Hasil Uji Tes Deskriptif	67
Lampiran 13. Dokumentasi	68

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah hal yang dibutuhkan dalam kehidupan manusia. Pendidikan dimulai sejak kecil hingga dewasa sampai akhirnya meninggal dunia. Pendidikan dapat ditempuh dalam 2 jalur yaitu jalur formal dan non-formal. Jalur formal adalah Pendidikan yang dimulai dari taman kanak-kanak sampai dengan perguruan tinggi yang di dalamnya melibatkan tenaga pendidik atau guru dengan peserta didik atau murid. Sedangkan jalur informal adalah jalur pendidikan yang dapat ditempuh melalui keluarga dan masyarakat yang di dalamnya tidak melibatkan jenjang selanjutnya yang berurutan seperti di jalur formal.

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis telah diatur oleh negara dan di dalamnya memuat kegiatan belajar mengajar berbagai macam wawasan dan pengetahuan, sehingga sekolah merupakan wadah yang sesuai untuk mengembangkan dan menumbuhkan kemampuan seseorang baik dari segi akademis maupun non akademis. Sekolah bukan satu-satunya tempat untuk memperoleh wawasan dan pengetahuan, namun di sekolah peserta didik akan mampu memperoleh banyak pengalaman belajar yang cukup berarti untuk bekal menghadapi kehidupan selanjutnya yang akan dihadapi kelak. Bukan itu saja, di sekolah peserta didik dapat berinteraksi dengan teman sebayanya dan juga menambah jumlah relasi sosial yang akan berguna untuk masa depannya kelak.

Sekolah menyediakan beberapa cabang ilmu salah satunya bidang olahraga. Bidang olahraga dalam proses pendidikan dikemas dalam bentuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Pendidikan Jasmani merupakan bagian dalam proses pendidikan yang berfokus pada aktivitas fisik peserta didik. Pendidikan Jasmani adalah mata pelajaran yang berfokus pada keaktifan peserta didik dalam melakukan aktivitas fisiknya. Tujuan dari Pendidikan Jasmani adalah membuat kondisi fisik peserta didik menjadi bugar. Kebugaran sendiri berarti kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas kesehariannya tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan masih memiliki cadangan energi untuk melakukan aktivitas berikutnya.

Pendidikan Jasmani merupakan salah satu cabang ilmu pendidikan di sekolah yang berguna untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan Jasmani mengarahkan peserta didik untuk aktif dalam melakukan aktivitas jasmani bahkan bisa mempunyai keterampilan berolahraga yang baik. Pendidikan Jasmani memiliki peranan penting untuk proses perkembangan peserta didik karena di dalamnya melibatkan peserta didik langsung ke dalam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan aktivitas olahraga secara sistematis. Hal ini yang kemudian menjadikan Pendidikan Jasmani sebagai salah satu media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, dan sosial), serta pembiasaan pola hidup yang sehat untuk memperoleh pertumbuhan dan perkembangan yang baik dan seimbang.

Salah satu sekolah yang menerapkan Pendidikan Jasmani adalah SMP Negeri 4 Ngaglik. SMP Negeri 4 Ngaglik terletak di Ngaglik, Sleman, Yogyakarta.

SMP Negeri 4 Ngaglik merupakan salah satu sekolah negeri yang memiliki potensi dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Peserta didik di SMP Negeri 4 Ngaglik akan memperoleh kebanggaan jika mampu memperoleh prestasi dalam bidang olahraga, karena dengan perolehan prestasi peserta didik akan terpacu atau termotivasi untuk memperbaiki dan meningkatkan kemampuan gerakanya.

Peserta didik SMP Negeri 4 Ngaglik mempunyai potensi sumber daya manusia yang bagus dan tentunya perlu dibina dan dikembangkan. SMP Negeri 4 Ngaglik merupakan wadah yang tepat untuk mampu mengembangkan minat dan bakat yang dimiliki oleh setiap peserta didiknya. Mata pelajaran Pendidikan Jasmani merupakan mata pelajaran yang relevan untuk meningkatkan kemampuan gerak yang dimiliki oleh peserta didik dengan berbagai macam bentuk latihan pada setiap pembelajarannya. Pelaksanaan mata pelajaran Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 4 Ngaglik terlihat cukup menarik minat peserta didik meskipun masih ada beberapa peserta didik yang terlihat kurang aktif saat mengikuti kegiatan pembelajaran Pendidikan Jasmani.

Kemampuan gerak atau kemampunan motorik peserta didik di SMP Negeri 4 Ngaglik terlihat kurang diperhatikan oleh guru dan peserta didik. Hal ini terlihat dari banyaknya peserta didik yang mengalami obesitas meskipun masih duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama. Selain itu kemampuan motorik juga dianggap tidak begitu penting dan berpengaruh pada bidang akademik. Realitanya kemampuan motorik merupakan hal yang sangat penting untuk dapat menyelesaikan tugas kemampuan motorik seseorang menjadi lebih efektif dan efisien. Kemampuan motorik yang baik bagi peserta didik merupakan hal yang

penting untuk dimiliki, khususnya dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Jika peserta didik memiliki kemampuan motorik yang baik maka peserta didik akan dapat menyelesaikan tugas kemampuan gerakanya dengan lebih optimal.

Maka dari permasalahan tersebut penelitian ini akan melihat seberapa besar tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Ngaglik yang kemudian diharapkan akan mampu menjadi bahan evaluasi untuk pembelajaran Pendidikan Jasmani. Selain itu Guru juga terlihat kesulitan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta didiknya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari uraian di latar belakang tersebut, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

- a. Peserta didik yang terlihat kurang aktif saat mengikuti kegiatan pembelajaran Pendidikan Jasmani
- b. Kemampuan motorik yang kurang diperhatikan oleh guru dan peserta didik terlihat dari banyaknya peserta didik yang mengalami obesitas.
- c. Kemampuan motorik dianggap sebagai hal yang tidak terlalu penting karena tidak begitu berpengaruh pada bidang akademik.
- d. Belum diketahuinya tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Ngaglik.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah dan keterbatasan peneliti maka perlu diberi batasan masalah agar ruang lingkup dalam penelitian ini menjadi jelas. Maka

permasalahan pada penelitian dibatasi pada tingkat kemampuan motorik peserta didik laki-laki kelas VIII di SMP Negeri 4 Ngaglik.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut seberapa besar tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Ngaglik?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Ngaglik.

F. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

- a. Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu bahan kajian ilmiah bagi Guru Pendidikan Jasmani yang mempelajari lebih lanjut tentang tentang kemampuan motorik pada peserta didik.
- b. Menambah wawasan dalam dunia pendidikan tentang pentingnya mengetahui tingkat kemampuan motorik.

2. Praktis

a. Bagi Peserta Didik

Setelah peserta mengetahui tingkat kemampuan motoriknya diharapkan peserta mampu mengembangkan dan meningkatkan kemampuan motoriknya.

b. Bagi Guru Pendidikan Jasmani

Setelah dilaksanakannya penelitian ini diharapkan penelitian ini mampu menjadi pedoman bagi guru agar mampu menyusun rancangan dan memberikan pembelajaran pendidikan jasmani yang tepat untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan motorik bagi peserta didik.

c. Bagi Sekolah

Setelah dilaksanakannya penelitian ini, diharapkan pihak sekolah menjadikan penelitian ini sebagai pedoman dalam merancang kurikulum dan materi program penjasorkes agar peserta didik memiliki kemampuan motorik yang baik.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik berasal dari bahasa Inggris, yaitu *Motor Ability*. Motor artinya gerak dan ability artinya kemampuan. Sukintaka (2001: 47) menyatakan bahwa kemampuan motorik merupakan kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik dalam gerak yang bukan olahraga maupun dalam olahraga atau kematangan penampilan motorik. Semakin tinggi kemampuan motorik seseorang maka dimungkinkan daya kerja akan menjadi lebih tinggi, dan sebaliknya. Oleh karena itu, kemampuan gerak dapat dipandang sebagai sumber keberhasilan dalam melakukan tugas keterampilan gerak.

Sukadiyanto (2005:70) menyatakan bahwa kemampuan motorik adalah kemampuan seseorang dalam menampilkan gerak sampai gerak yang lebih kompleks. Kemampuan ini merupakan kemampuan yang dilakukan secara sederhana dan kemudian dilatih untuk mampu bergerak lebih leluasa atau kompleks. Kemampuan motorik adalah segala sesuatu yang ada hubungannya dengan gerak-gerak tubuh (Zulkifli, 2005: 3). Artinya, setiap gerakan yang dilakukan oleh tubuh merupakan kemampuan motorik. Kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum, yang menjadi dasar untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan kemampuan gerak (Pratiwi dan Kristanto, 2015: 2).

Kemampuan motorik seseorang dipandang sebagai landasan keberhasilan masa datang di dalam melakukan tugas keterampilan olahraga (Yudanto: 2006). Kemampuan gerak dasar akan mampu membuat kemampuan gerak akan bertumbuh dan berkembang. Jika seseorang memiliki kemampuan gerak dasar yang baik maka kemampuan gerak akan dengan mudah tumbuh dan berkembang untuk menguasai gerakan yang lebih kompleks ke depannya.

Sriwahyuniati (2017: 38) mengungkapkan kemampuan motorik merupakan sebuah proses dimana seseorang mengembangkan respons ke suatu gerak dan tindakan yang berupa serangkaian gerakan-gerakan sukarela hasil kontrol dari bagian-bagian tubuh yang melatari tindakan tersebut. Keterampilan motorik dibagi menjadi dua yaitu kemampuan motorik kasar dan kemampuan motorik halus. Payne & Issac (2012: 11) menyatakan, "*gross movement are primarily controlled by the large muscle groups. These muscles are integral in producing in array of movement, such as walking, running, and skipping*". Artinya gerak motorik kasar adalah gerak yang dikendalikan oleh otot-otot besar. Otot-otot ini merupakan bagian integral dalam memproduksi berbagai gerak, seperti berjalan, berlari, dan melompat-lompat.

Tugas perkembangan jasmani berupa koordinasi gerakan tubuh, seperti berlari, berjinjit, melompat, bergantung, melempar dan menangkap, serta menjaga keseimbangan. Kegiatan ini diperlukan dalam meningkatkan keterampilan koordinasi gerakan motorik kasar (Sujarwo & Cukup :2015). Lumintuarso (2013: 34) menyatakan bahwa gerak dasar motorik kasar pada anak memacu kemampuan anak saat beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besarnya. Lemmer & Kline

(2006:233) dalam Sriwahyuniati (2017) menyatakan keterampilan motorik kasar melibatkan kemampuan otot-otot besar seperti, leher, lengan, dan kaki. Papalia (2009: 194) berpendapat kemampuan motorik adalah keterampilan fisik yang melibatkan otot besar.

Payne & Issac (2012: 11) menyatakan *“Fine movement are primarily governed by the small muscles or muscles groups. Therefore such as movement as drawing, typing or playing a musical instrument are fine movement”* artinya gerakan motorik halus adalah gerakan yang diatur oleh otot-otot kecil atau kelompok otot. Seperti gerakan menggambar, mengetik, atau memainkan alat musik adalah gerakan motorik halus.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik adalah seluruh kemampuan gerak yang dilakukan oleh tubuh yang di dalamnya melibatkan seluruh otot dalam tubuh baik otot besar maupun otot kecil dari gerakan dasar maupun gerakan yang kompleks. Seluruh gerakan yang dilakukan oleh tubuh merupakan kemampuan motorik karena di dalamnya melibatkan otot-otot besar dan kecil.

2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik

Unsur-unsur kemampuan motorik dapat dikatakan adalah hal-hal yang ada atau terkandung dalam kemampuan motorik seseorang. Toho dan Gusril (2010: 10) menyatakan bahwa unsur-unsur kemampuan motorik yaitu:

a) Kekuatan

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

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

b) Koordinasi

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

c) Kecepatan

Kecepatan adalah sebagai kemampuan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu. Dalam melakukan lari 4 detik, semakin jauh jarak yang di tempuh maka semakin tinggi kecepatanya.

d) Keseimbangan

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

e) Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak pada satu titik ke titik lain dalam melakukan lari zig-zag, semakin cepat waktu yang di tempuh, maka semakin tinggi kelincahanya. Keterampilan gerak sangat berhubungan dengan unsur kebugaran jasmani.

Secara sederhana dapat disimpulkan bahwa unsur-unsur dalam kemampuan motorik adalah kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan. Sedangkan unsur-unsur dalam kebugaran jasmani menurut Lutan (2001: 63-72) yaitu:

1. Kekuatan otot adalah kemampuan tubuh untuk mengerahkan daya maksimal terhadap objek di luar tubuh. Dalam pengertian lain, kekuatan otot adalah kemampuan untuk mengerahkan usaha maksimal.
2. Daya tahan otot adalah kemampuan untuk mengerahkan daya terhadap objek di luar tubuh selama beberapa kali. Daya tahan otot terbentuk melalui beban yang relatif lebih ringan. Namun, pelaksanaan tugasnya dilakukan berulang kali dalam satu kesempatan
3. Fleksibilitas adalah gambaran mengenai luas sempitnya ruang gerak pada berbagai persendiaan dalam tubuh kita. Seperti melakukan gerakan memelintirkan tubuh, membungkuk, berputar, dan mengulur.
4. Koordinasi adalah perpaduan berirama dari sistem syaraf dan gerak dalam sebuah pelaksanaan tugas secara harmonis dari beberapa anggota tubuh.
5. Kecepatan adalah kemampuan untuk mengerakkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu secepat mungkin.
6. Agilitas adalah kemampuan untuk menggerakkan badan atau mengubah arah secepat mungkin.
7. Power adalah kemampuan untuk mengerahkan usaha maksimal secepat mungkin.
8. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dalam kaitannya dengan daya tarik bumi baik dalam situasi diam (statis) dan bergerak (dinamis).

Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa unsur-unsur dalam kemampuan motorik dan kebugaran jasmani memiliki beberapa kesamaan diantaranya adalah kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan. Kemampuan motorik jika dikembangkan dengan latihan dan pengulangan akan mampu meningkatkan kemampuan motorik.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik

Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik seseorang terbagi menjadi dua faktor, yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal adalah yang bersumber dari luar diri dan faktor internal adalah yang berada pada dalam diri sendiri. Perkembangan motorik sangat ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor

pertumbuhan dan faktor perkembangan (Sukintaka, 2001: 47). Tentu dengan diimbangi oleh latihan dan gizi yang seimbang akan mampu memacu pertumbuhan dan perkembangan motorik.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak menurut Sukanti (2007: 40-41) yaitu:

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

4. Fungsi Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik tentu memiliki tujuan untuk dapat melakukan kemampuan gerak dengan baik dan leluasa. Kemampuan motorik berfungsi untuk membuat tugas kemampuan gerak menjadi mudah untuk dilakukan. Anak yang memiliki kemampuan motorik yang baik tentu memiliki kemampuan gerak yang

baik terhadap tugas kemampuan gerakannya. Sedangkan anak yang memiliki kemampuan motorik yang kurang baik tentu akan kesulitan dalam melakukan tugas kemampuan gerakannya.

Muthohir dan Gusril (2004: 51) menyatakan bahwa fungsi utama kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kemampuan dan kesanggupan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Artinya kemampuan motorik berguna untuk meningkatkan kemampuan dan kesanggupan yang dikuasai oleh setiap individu untuk melakukan tugas kerja yang dihadapi.

5. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama

Pendidikan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) dijalani oleh anak setelah melalui jenjang Sekolah Dasar. Pada tahap ini, umumnya anak berusia pada usia 12-15 tahun dan dikategorikan sebagai remaja awal. Usia remaja awal terjadi peningkatan hormon pada laki-laki dan perempuan. Pada laki terjadi peningkatan hormone testosteron dan pada perempuan terjadi peningkatan hormon proesteron. Perkembangan dan pertumbuhan pada tahap ini banyak terjadi misalnya jakun pada laki-laki dan dada yang mulai bertambah besar pada perempuan.

Menurut Dirman dan Juarsih (2014: 68-69) karakteristik peserta didik pada jenjang pendidikan menengah pertama merupakan masa remaja yang selanjutnya usia remaja dibagi menjadi tiga bagian yaitu:

- a. Remaja awal: biasanya ditandai dengan sifat-sifat negatif, dalam jasmani dan mental, prestasi, dan sikap social.
- b. Masa remaja: pada masa ini mulai tumbuh dorongan untuk hidup, kebutuhan akan teman yang dapat memahami dan menolongnya. Pada masa

ini muncul perasaan mencari sesuatu yang bernilai pantas disanjung dan dipuja.

- c. Masa remaja akhir: setelah remaja dapat menentukan pendirian hidupnya, pada dasarnya telah mencapai masa remaja akhir dan telah terpenuhi tugas-tugas perkembangan pada masa remaja, yang akan memberikan dasar bagi masa berikutnya yaitu masa dewasa.

Sugiyanto (2003: 5.32-5.33) menyatakan ciri-ciri yang ada pada masa remaja (adolesens) antara lain yaitu:

- a. Pertumbuhan yang terjadi dialami dengan cepat diantaranya bertambahnya tinggi dan berat badan.
- b. Terjadi perbedaan irama pertumbuhan pada kedua jenis kelamin. Pada laki-laki terjadi pelebaran pada pundak dan pada perempuan terjadi pelebaran pada pinggul.
- c. Secara fisiologis terjadi peningkatan kesanggupan melakukan aktivitas fisik yang lebih besar pada laki-laki daripada perempuan.
- d. Komposisi jaringan tubuh yang berbeda antara laki-laki dan perempuan bahwa laki-laki lebih berotot sedangkan anak perempuan lebih berlemak sehingga anak laki-laki lebih kuat dan cepat
- e. Pada masa ini terjadi penghentian peningkatan (plateau) untuk keseimbangan ketahanan, dan koordinasi mata dan tangan.
- f. Kemampuan untuk memusatkan perhatian lebih lama, berminat besar pada ketangkasan dan kompetisi, mulai tertarik pada lawan jenis, dan bertambahnya kematangan sosial.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pada masa remaja awal pertumbuhan dan perkembangan pada laki-laki lebih dominan daripada perempuan karena pada laki-laki memiliki kecenderungan lebih kuat dan banyak mempunyai pengalaman untuk menuntaskan tugas gerak yang dihadapi. Perkembangan dan pertumbuhan jasmani pada usia remaja awal juga akan berpengaruh pada kemampuan motorik mereka.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh:

1. Tria Purwanti (2015) dengan judul “ Tingkat Kemampuan Motorik Peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Kretek Bantul”, instrumen yang digunakan yaitu *Barrow motor ability test* yang meliputi: (1) *Standing Board Jump* (2) *Soft Ball Throw* (3) *Zig-Zag Run* (4) *Wall-Pass* (5) *Medicine Ball-Put* Dan (6) *Lari 60 Yard*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Kretek. Desain penelitian adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan tes dan pengukuran. Subyek penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP 1 Kretek dengan jumlah keseluruhan adalah 78 peserta, 50 laki-laki dan 28 perempuan. Berdasarkan hasil *Barrow motor ability test* dijelaskan dengan rinci sebagai berikut: 4 peserta (5,13%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 18 peserta (23,0 %) mempunyai kemampuan motorik kurang, 35 peserta (44,87%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 17 peserta (21,79%) mempunyai kemampuan motorik baik, dan 4 peserta (5,13%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali.
2. Rizki Aditya Nugroho (2018) dengan judul “tingkat kemampuan motorik peserta didik peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta” instrumen yang digunakan yaitu dari Nur Hasan (2004: 6.6) yang meliputi kelincahan, koordinasi mata tangan, keseimbangan, dan ketepatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik

peserta didik peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta. Desain penelitian adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan tes dan pengukuran. Subyek penelitian ini adalah seluruh peserta didik peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta dengan jumlah keseluruhan adalah 21 peserta. Berdasarkan hasil *Barrow motor ability test* dijelaskan dengan rinci sebagai berikut: 1 peserta (4,76%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 5 peserta (23,81 %) mempunyai kemampuan motorik kurang, 8 peserta (38,08%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 6 peserta (28,58%) mempunyai kemampuan motorik baik, dan 1 peserta (4,76%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali.

C. Kerangka Berpikir

Kemampuan motorik merupakan unsur pokok dalam penguasaan gerak dasar hingga gerak yang lebih kompleks. Perkembangan motorik berkaitan dengan anggota gerak tubuh yang terhubung melalui pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi. Perkembangan motorik memiliki sifat yang alami dan bawaan. Oleh karena itu kemampuan motorik seseorang sangat tergantung dari pengalaman gerak dasar mereka di masa kanak-kanak. Semakin anak-anak memiliki pengalaman gerak yang beragam maka akan semakin baik pula kemampuan motorik yang dimiliki.

Pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, kemampuan motorik yang dialami dan dimiliki pada usia anak-anak akan mempengaruhi tingkat kemampuan motorik mereka dalam mempelajari dan menguasai teknik yang diajarkan di sekolah. Sehingga anak yang memiliki kemampuan motorik yang baik akan mampu

melakukan tugas geraknya menjadi lebih mudah, baik secara kualitas ataupun kuantitas dibandingkan anak yang tidak memiliki kemampuan motorik yang kurang baik. Selain itu juga mampu untuk bertahan lebih lama dalam melakukan tugas geraknya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik memiliki peranan penting dalam proses pembelajaran khususnya mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Dengan pengulangan yang teratur akan mampu membuat kemampuan motorik anak menjadi lebih optimal. Maka dari itu perlu diadakan evaluasi dalam bentuk pengukuran. Pengulangan juga dapat ditambahkan dalam proses pembelajaran untuk mengoptimalkan kemampuan motorik peserta didik.

Pengukuran dapat dilakukan dengan tes tingkat kemampuan motorik pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik. Tes yang dilakukan akan dapat melihat seberapa besar tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, artinya dalam penelitian ini akan menggambarkan situasi yang terjadi, tanpa pengujian hipotesis. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran untuk mendapatkan data. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 4 Ngaglik, Sleman.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Ngaglik. Maksud dari kemampuan motorik dalam penelitian ini adalah kemampuan peserta didik untuk melakukan gerakan terkoordinasi menggunakan kombinasi berbagai tindakan otot. Secara operasional, kemampuan motorik dalam penelitian ini diartikan sebagai kemampuan peserta didik dalam melakukan tugas kemampuan motorik yang meliputi kelincahan, koordinasi mata tangan, keseimbangan, dan kecepatan. Tingkat kemampuan motorik diukur dengan tes kemampuan motorik dari Nurhasan (2000: 98-103).

C. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama 2 hari yakni pada hari Rabu dan Kamis, tanggal 18 dan 19 Maret 2020. Waktu penelitian adalah pukul 07.00-11.00 W.I.B pada masing-masing harinya.

2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 4 Ngaglik Sleman.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi yang digunakan dalam penelitian adalah seluruh peserta didik kelas VIII yang masih aktif di SMP Negeri 4 Ngaglik yang berjumlah 123 peserta didik. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

Berikut adalah rincian jumlah sampel pada populasi peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik tahun ajaran 2019/2020:

Tabel 1 Jumlah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik

No	Kelas	Putra	Putri	Total
1	VIII A	15	16	31
2	VIII B	14	16	30
3	VIII C	16	15	31
4	VIII D	15	16	31
Jumlah		60	63	123

2. Sampel Penelitian

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagian peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Ngaglik Sleman. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *proporsive sample*. *Proporsive sample* adalah teknik pengambilan sampel berdasarkan tujuan tertentu dengan memperhatikan ciri-ciri karakteristik populasi (Arikunto, 2010: 134-185).

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini dikhususkan pada kemampuan motorik peserta didik laki-laki. Hal ini selaras dengan Sugiyanto (2003: 5.32-5.33) yang menyatakan bahwa ciri-ciri pada masa remaja (adolesens) antara lain terjadi perbedaan irama pertumbuhan pada kedua jenis kelamin, pada laki-laki terjadi pelebaran pada pundak dan pada perempuan terjadi pelebaran pada pinggul, secara fisiologis terjadi peningkatan kesanggupan melakukan aktivitas fisik yang lebih besar pada laki-laki daripada perempuan, dan komposisi jaringan tubuh yang berbeda antara laki-laki dan perempuan bahwa laki-laki lebih berotot sedangkan anak perempuan lebih berlemak sehingga anak laki-laki lebih kuat dan cepat.

Dengan pendekatan Arikunto (2010:134) bahwa penelitian dengan populasi lebih dari 100 orang hanya membutuhkan sampel antara 10 % sampai 25%. Maka dalam penelitiann ini mengambil sampel 41 peserta didik dimana jumlah tersebut telah melebihi 25 %.

E. Instumen Penelitian

1. Instumen Penelitian

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Barrow motor ability test* yang meliputi: 1) *standing board jump*, 2) *sottball throw*, 3) *zig-zag run*, 4) *wall pass*, 5) *medicine ball-put*, 6) *run 60 yard*. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur adalah stopwatch dan meteran. Sedangkan alat yang dibutuhkan saat penelitian yaitu 15 *cone*, 3 bola softball, 2 Medicine ball, dan 2 bola basket.

Petunjuk pelaksanaan dari 6 komponen tes tersebut diuraikan sebagai berikut:

1. *Standing Board Jump*

- a. Tujuan : Mengukur power otot tungkai
- b. Alat : Meteran/pita ukur, bak pasir, bendera
- c. Pelaksanaan : Peserta didik berdiri pada papan tolak dan lutut ditekuk 45° , kedua lengan lurus ke belakang. Kemudian peserta didik menolak ke depan sejauh-jauhnya dengan kedua kakinya, kedua tangan tidak boleh menyentuh tanah.
- d. Skor : Jarak dari papan tolak dengan kaki yang terdekat dari papan tolak.

2. *Softball Throw*

- a. Tujuan : Mengukur power otot lengan dan bahu
- b. Alat : Meteran/pita ukur, bendera, bola *softball*
- c. Pelaksanaan : Peserta didik melemparkan bola *softball* sejauh-jauhnya tanpa awalan, kedua kaki berada di belakang garis batas.
- d. Skor : Jarak dari garis batas dan titik jatuh bola *softball*.

3. *Zig-Zag Run*

- a. Tujuan : Mengukur kelincahan
- b. Alat : *cone* pembatas, stopwatch, peluit
- c. Pelaksanaan : Peserta didik berdiri di belakang garis *start*, setelah mendengar peluit peserta didik lari secepat-cepatnya ke arah *cone* yang telah ditata, kemudian lari ke garis *finish*.

- d. Skor : Waktu tercepat dari garis *start* sampai garis *finish*
4. *Wall Pass*
- a. Tujuan : Mengukur koordinasi mata dan tangan
- b. Alat : Bola basket, stopwatch, peluit
- c. Pelaksanaan : Peserta didik memantulkan bola ke arah tembok di depannya kemudian menangkapnya kemudian melemparkannya kembali ke tembok dan diulangi seperti itu selama 15 detik.
- d. Skor : Jumlah pantulan bola yang berhasil ditangkap selama 15 detik.
5. *Medicine Ball-put*
- a. Tujuan : Mengukur power otot lengan.
- b. Alat : Bola *medicine* dan meteran.
- c. Pelaksanaan : Peserta didik berdiri di belakang garis batas, bola di depan dada dipegang dengan kedua tangan. Kemudian bola didorong ke depan sekuat-kuatnya.
- d. Skor : Jarak terjauh dari garis batas dan titik jatuh bola.
6. *Run 60 Yard*
- a. Tujuan : Mengukur kecepatan
- b. Alat : *Cone*, peluit, lintasan lari sejauh 60 *yard*
- c. Pelaksanaan : Peserta didik berdiri di belakang garis *start*, setelah mendengar peluit peserta didik lari secepat-cepatnya ke arah garis *finish*.

- d. Skor : Waktu tercepat dari garis *start* sampai garis *finish*.

2. Teknik pengumpulan Data

Langkah-langkah yang dilakukan dalam pengambilan data adalah sebagai berikut:

- a. Mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan untuk tes kemampuan motorik.
- b. Mengumpulkan, menyiapkan, dan memberikan pemanasan serta penjelasan terhadap peserta didik tentang tes kemampuan motorik yang akan dilakukan.
- c. Peserta didik dibagi 2 kelompok, masing-masing kelompok didampingi oleh petugas. Masing-masing peserta didik melakukan tes secara bergantian dengan urutan: power otot tungkai, power otot lengan, kelincahan, koordinasi mata dan tangan, power otot lengan, dan kecepatan.
- d. Masing-masing hasil tes yang didapatkan peserta didik dicatat pada lembar yang telah disediakan.

F. Teknik Analisis Data

Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif dengan persentase. Berdasarkan data yang diperoleh dari pengumpulan data, akan diketahui persamaan dan perbedaan ukuran masing-masing item tes kemampuan motorik. Hasil setiap tes yang dicapai oleh setiap peserta didik yang telah melakukan tes disebut hasil kasar. Kemampuan motorik anak tidak dapat dilihat secara langsung melalui hasil tes tersebut, karena ukuran satuan masing-masing tes tidak sama, yaitu:

1. Untuk tes power otot tungkai diperoleh melalui lompat jauh tanpa awalan dengan satuan meter (m).
2. Power lengan yang diperoleh dari melempar bola dengan tangan terkuat dengan satuan meter (m).
3. Kelincahan diperoleh dengan lari zig-zag dengan satuan detik (s).
4. Koordinasi mata dan tangan dengan lempar tangkap bola pada dinding.
5. Power otot lengan diperoleh dari mendorong bola ke depan secepat dan sekuat dengan satuan meter (m).
6. Kecepatan diperoleh melalui lari jarak pendek 60 *yard* dengan satuan detik (s).

Hasil kasar yang didapatkan dari keenam item tes tersebut perlu disamakan satuannya dengan menggunakan *t-score*. Adapun rumus *t-score* yang digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Rumus *t-score* untuk zig-zag dan lari 60 *yard*, perhitungan dengan satuan waktu, semakin sedikit waktu yang dibutuhkan semakin bagus hasil yang akan dicapai, adapun rumus *t-score* sebagai berikut:

$$t\text{-score} = 50 + \left(\frac{M-X}{SD}\right) \times 10$$

- b. Rumus *t-score* untuk *standing board jump*, *sottball throw*, *wall pass*, *medicine ball-put* perhitungan dengan satuan waktu, semakin banyak angka yang semakin bagus hasil yang akan dicapai, adapun rumus *t-score* sebagai berikut:

$$t\text{-score} = 50 + \left(\frac{X-M}{SD}\right) \times 10$$

Keterangan:

M = *Mean* (nilai rata-rata)

X = Skor yang diperoleh

SD = *Standar Deviasi*

Sumber: Hadi (2004: 295)

Hasil kasar yang diubah dalam bentuk *t-score* dari keenam tes tersebut dijumlahkan dan dibagi dengan jumlah item tes yang ada, hasil dari pembagian tersebut dijadikan dasar untuk menentukan kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Ngaglik. Tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Ngaglik dikategorikan dalam 5 kategori, yaitu : kurang sekali, kurang, sedang, baik, dan baik sekali. Data tersebut digunakan untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap obyek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2010: 207). Data deskriptif persentase dalam penelitian ini digunakan untuk mendeskripsikan kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik. Dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = presentase yang dicari

F = frekuensi

N = jumlah peserta didik

Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah mengetahui jumlah masing-masing kategori kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 4 Ngaglik dengan menggunakan tabel klasifikasi tingkatan dalam bentuk persentase tiap variabel. Perhitungan dalam Tabel 2. menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menetapkan nilai tertinggi = 100
2. Menetapkan nilai terendah = 0
3. Menetapkan rentangan = 100
4. Menetapkan kelas interval = 5
5. Interval = $100:5 = 20$

Tabel 2. Klasifikasi Tingkatan dalam Bentuk Persentase Tiap Variabel

No	Interval	Kategori
1	81-100	Baik sekali
2	61-80	Baik
3	41-60	Sedang
4	21-40	Kurang
5	0-20	Kurang Sekali

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Analisis Data Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *Barrow Motor Ability Test* yang di dalamnya meliputi 6 macam komponen tes yakni 1) *standing board jump*, 2) *sottball throw*, 3) *zig-zag run*, 4) *wall pass*, 5) *medicine ball-put*, 6) *run 60 yard*. Dalam pengkategorianya dibagi dalam 5 kategori, yaitu baik, baik sekali, sedang, kurang, dan kurang sekali. Analisis data penelitian meliputi hasil kemampuan motorik seluruh peserta didik secara keseluruhan dan dilanjutkan hasil analisis setiap komponennya. Berikut merupakan hasil analisis data penelitian tingkat kemampuan motorik:

1. Kemampuan Motorik Secara Keseluruhan

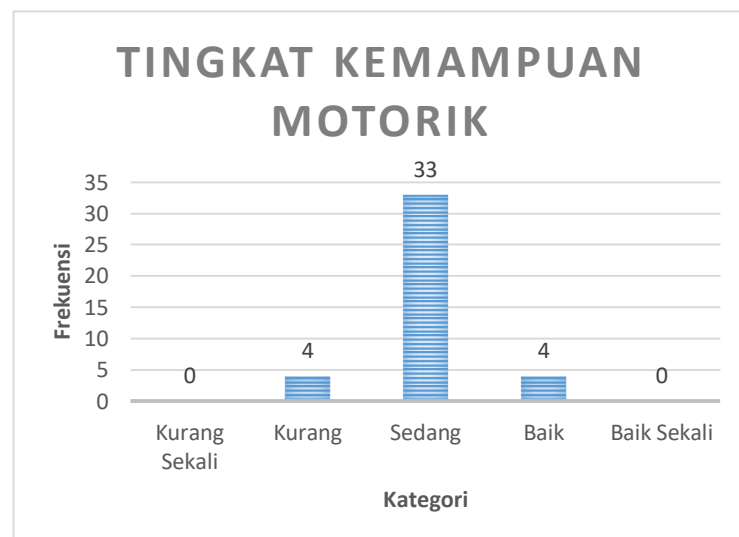
Kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik telah dikategorikan dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Perhitungan yang telah dilakukan kemudian diringkas dalam tabel distribusi sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik Secara Keseluruhan

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	81-100	Baik Sekali	0	0%
2	61-80	Baik	4	9,76%
3	41-60	Sedang	33	80,49%
4	21-40	Kurang	4	9,76%
5	0-20	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			41	100%

Berdasarkan dari tabel distribusi di atas dapat dijelaskan bahwa kemampuan mototrik secara keseluruhan peserta didik SMP Negeri 4 Ngaglik adalah 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori kurang sekali, 4 peserta didik (9,76%) berada pada kategori kurang, 33 peserta didik (80,49%) berada pada kategori sedang, 4 peserta didik (9,76%) berada pada kategori baik, dan 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori baik sekali.

Berdasarkan data yang dihasilkan di atas berikut adalah data yang ditampilkan dalam bentuk diagram batang:



Gambar 1. Diagram Kemampuan Motorik

2. Power otot tungkai yang diukur dengan komponen *Standing Board Jump*

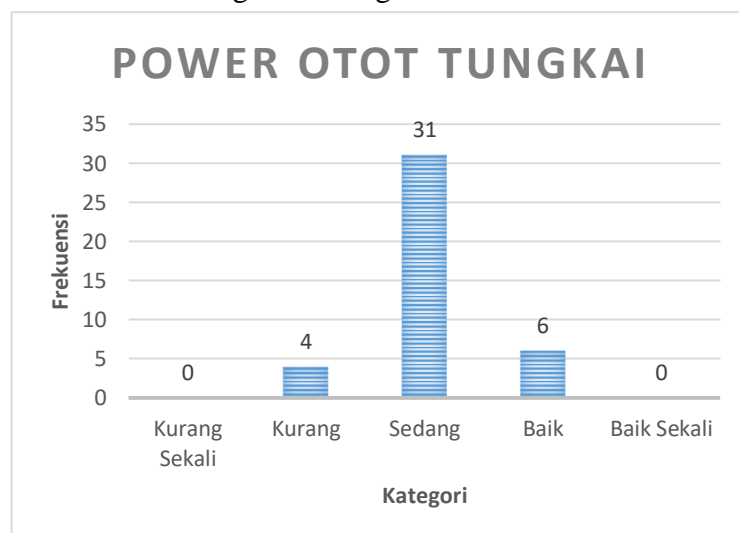
Kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik telah dikategorikan dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Perhitungan yang telah dilakukan kemudian diringkas dalam tabel distribusi sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Kemampuan Power Otot Tungkai Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	81-100	Baik Sekali	0	0%
2	61-80	Baik	6	14,63%
3	41-60	Sedang	31	75,61%
4	21-40	Kurang	4	9,76%
5	0-20	Kurang Sekali	0	0%
Jumlah			41	100%

Berdasarkan dari tabel distribusi di atas dapat dijelaskan bahwa kemampuan motorik secara keseluruhan peserta didik SMP Negeri 4 Ngaglik adalah 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori kurang sekali, 4 peserta didik (9,76%) berada pada kategori kurang, 31 peserta didik (75,61%) berada pada kategori sedang, 6 peserta didik (14,63%) berada pada kategori baik, dan 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori baik sekali.

Berdasarkan data yang dihasilkan di atas berikut adalah data yang ditampilkan dalam bentuk diagram batang:



Gambar 2. Diagram Kemampuan Power Otot Tungkai

3. Power otot lengan dan bahu yang diukur dengan komponen *Sottball Throw*

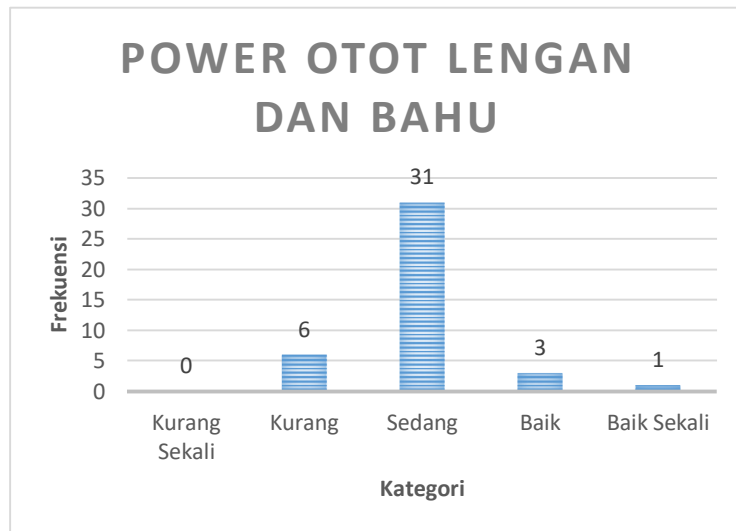
Kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik telah dikategorikan dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Perhitungan yang telah dilakukan kemudian diringkas dalam tabel distribusi sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Kemampuan Power Otot Lengan dan Bahu Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	81-100	Baik Sekali	1	2,44%
2	61-80	Baik	3	7,32%
3	41-60	Sedang	31	75,61%
4	21-40	Kurang	6	14,63%
5	0-20	Kurang Sekali	0	0,00%
Jumlah			41	100%

Berdasarkan dari tabel distribusi di atas dapat dijelaskan bahwa kemampuan power otot lengan dan bahu peserta didik SMP Negeri 4 Ngaglik adalah 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori kurang sekali, 6 peserta didik (14,63%) berada pada kategori kurang, 31 peserta didik (75,61%) berada pada kategori sedang, 3 peserta didik (7,32%) berada pada kategori baik, dan 1 peserta didik (2,44%) berada pada kategori baik sekali.

Berdasarkan data yang dihasilkan di atas berikut adalah data yang ditampilkan dalam bentuk diagram batang:



Gambar 3. Diagram Kemampuan Power Otot Lengan dan Bahu

4. Kelincahan yang diukur dengan komponen Zig-Zag Run

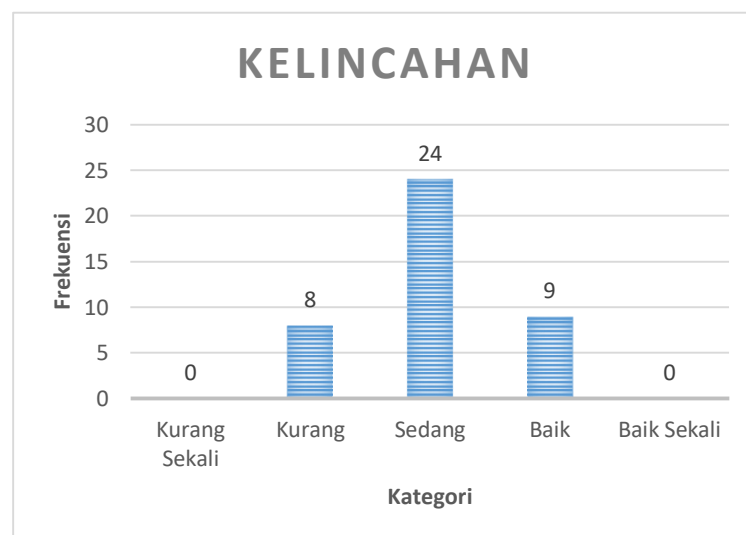
Kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik telah dikategorikan dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Perhitungan yang telah dilakukan kemudian diringkas dalam tabel distribusi sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Kemampuan Kelincahan Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	81-100	Baik Sekali	0	0,00%
2	61-80	Baik	9	21,95%
3	41-60	Sedang	24	58,54%
4	21-40	Kurang	8	19,51%
5	0-20	Kurang Sekali	0	0,00%
Jumlah			41	100%

Berdasarkan dari tabel distribusi di atas dapat dijelaskan bahwa kemampuan kelincahan peserta didik SMP Negeri 4 Ngaglik adalah 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori kurang sekali, 8 peserta didik (19,51%) berada pada kategori kurang, 24 peserta didik (58,54%) berada pada kategori sedang, 9 peserta didik (21,95%) berada pada kategori baik, dan 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori baik sekali.

Berdasarkan data yang dihasilkan di atas berikut adalah data yang ditampilkan dalam bentuk diagram batang:



Gambar 4. Diagram Kemampuan Kelincahan

5. Koordinasi mata dan tangan yang diukur dengan komponen *Wall Pass*

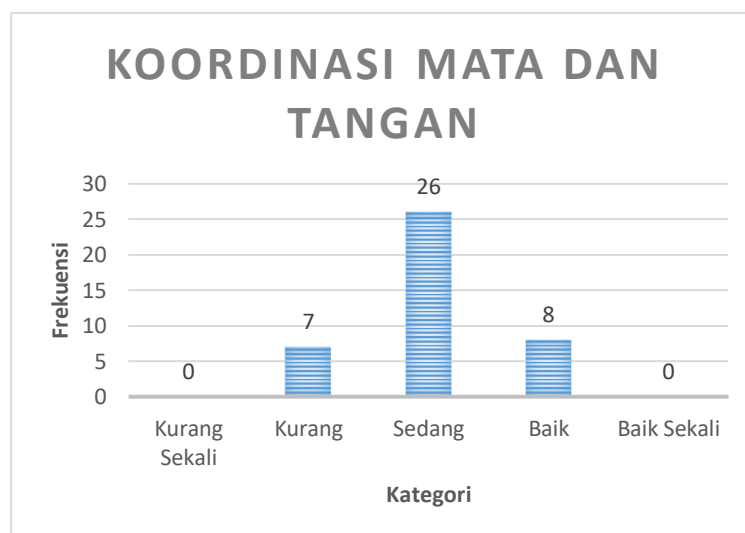
Kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik telah dikategorikan dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Perhitungan yang telah dilakukan kemudian diringkas dalam tabel distribusi sebagai berikut:

Tabel 7. Distribusi Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	81-100	Baik Sekali	0	0,00%
2	61-80	Baik	8	19,51%
3	41-60	Sedang	26	63,41%
4	21-40	Kurang	7	17,07%
5	0-20	Kurang Sekali	0	0,00%
Jumlah			41	100%

Berdasarkan dari tabel distribusi di atas dapat dijelaskan bahwa kemampuan koordinasi mata dan tangan peserta didik SMP Negeri 4 Ngaglik adalah 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori kurang sekali, 7 peserta didik (17,07%) berada pada kategori kurang, 26 peserta didik (63,41%) berada pada kategori sedang, 8 peserta didik (19,51%) berada pada kategori baik, dan 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori baik sekali.

Berdasarkan data yang dihasilkan di atas berikut adalah data yang ditampilkan dalam bentuk diagram batang:



Gambar 5. Diagram Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan

6. Power otot lengan yang diukur dengan komponen *Medicine Ball-Put*

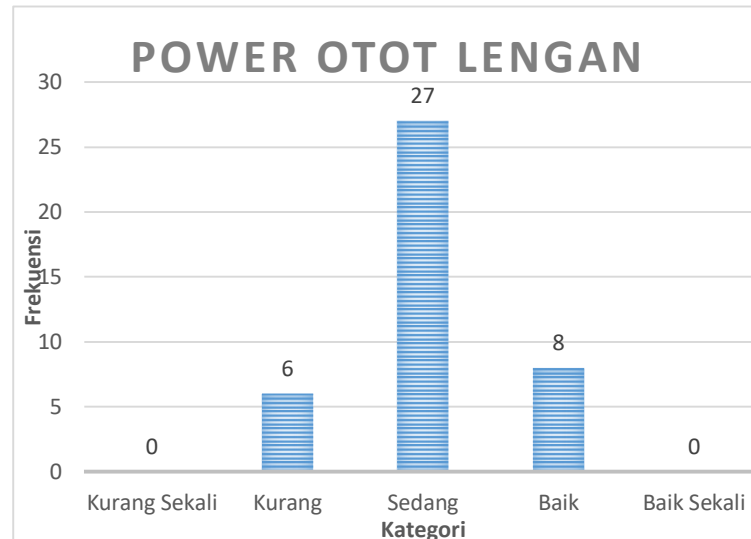
Kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik telah dikategorikan dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Perhitungan yang telah dilakukan kemudian diringkas dalam tabel distribusi sebagai berikut:

Tabel 8. Distribusi Kemampuan Power Otot Lengan Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik

No	Skor	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
1	81-100	Baik Sekali	0	0,00%
2	61-80	Baik	8	19,51%
3	41-60	Sedang	27	65,85%
4	21-40	Kurang	6	14,63%
5	0-20	Kurang Sekali	0	0,00%
Jumlah			41	100%

Berdasarkan dari tabel distribusi di atas dapat dijelaskan bahwa kemampuan power otot lengan peserta didik SMP Negeri 4 Ngaglik adalah 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori kurang sekali, 6 peserta didik (14,63%) berada pada kategori kurang, 27 peserta didik (65,85%) berada pada kategori sedang, 8 peserta didik (19,51%) berada pada kategori baik, dan 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori baik sekali.

Berdasarkan data yang dihasilkan di atas berikut adalah data yang ditampilkan dalam bentuk diagram batang:



Gambar 6. Diagram Kemampuan Power Otot Lengan

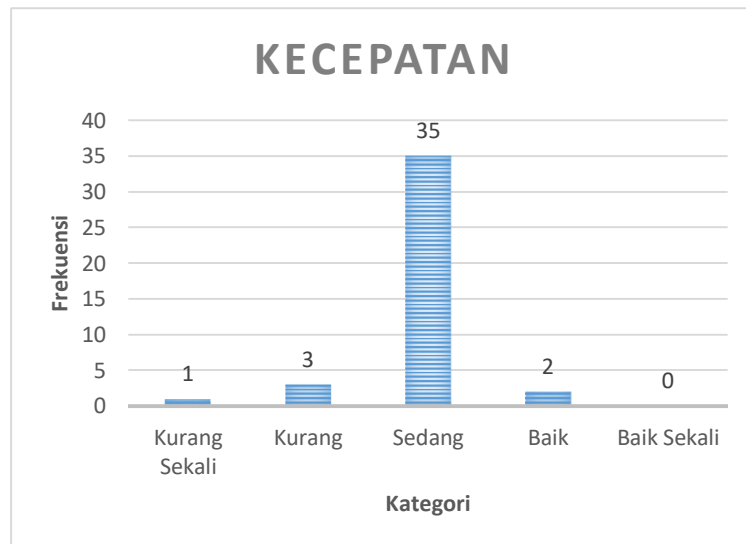
7. Kecepatan yang diukur dengan komponen Run 60 Yard

Kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik telah dikategorikan dalam 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Perhitungan yang telah dilakukan kemudian diringkas dalam tabel distribusi sebagai berikut:

Tabel 9. Distribusi Kemampuan Kecepatan

No	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	81-100	Baik Sekali	0	0,00%
2	61-80	Baik	2	4,88%
3	41-60	Sedang	35	85,37%
4	21-40	Kurang	3	7,32%
5	0-20	Kurang Sekali	1	2,44%
Jumlah			41	100%

Berdasarkan dari tabel distribusi di atas dapat dijelaskan bahwa kemampuan kecepatan peserta didik SMP Negeri 4 Ngaglik adalah 1 peserta didik (2,44%) berada pada kategori kurang sekali, 3 peserta didik (7,32%) berada pada kategori kurang, 35 peserta didik (85,37%) berada pada kategori sedang, 2 peserta didik (4,88 %) berada pada kategori baik, dan 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori baik sekali. Berdasarkan data yang dihasilkan di atas berikut adalah data yang ditampilkan dalam bentuk diagram batang :



Gambar 7. Diagram Kemampuan Kecepatan

B. Pembahasan

Kemampuan gerak yang dimiliki oleh seseorang yang melibatkan otot-otot dalam tubuh adalah termasuk dalam kemampuan motorik. Mudah atau sulit untuk menyelesaikan permasalahan gerak yang dimiliki oleh seseorang sangat bergantung dengan kemampuan motoriknya. Apabila kemampuan motoriknya buruk maka akan membuat orang yang dalam menyelesaikan permasalahan geraknya mengalami kesulitan dibandingkan orang yang memiliki kemampuan motorik yang

baik, tentu akan mudah menyelesaikan permasalahan gerakannya. Begitu pula dengan kemampuan gerak yang dimiliki oleh peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik.

Hasil dari kemampuan motorik yang diperoleh dari *Barrow Motor Ability Test* menunjukkan bagaimana kemampuan motorik yang dimiliki oleh peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik. Dalam *Barrow Motor Ability Test* terdapat 6 komponen tes di dalamnya yaitu *standing board jump*, *softball throw*, *zig-zag run*, *wall pass*, *medicine ball-put*, dan *run 60 yard*. Berdasarkan dari 6 komponen tes tersebut dihasilkan kemampuan motorik yang dimiliki oleh peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik, yaitu 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori kurang sekali, 4 peserta didik (9,76%) berada pada kategori kurang, 33 peserta didik (80,49%) berada pada kategori sedang, 4 peserta didik (9,76%) berada pada kategori baik, dan 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori baik sekali.

Dari hasil tes yang diperoleh di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik masuk dalam kategori sedang. Masing-masing orang atau peserta didik memiliki kemampuan motorik yang berbeda-beda. Hal itu disebabkan oleh kesehariannya yang sudah tentu berbeda-beda, ada yang sering melakukan latihan di rumah, mengikuti organisasi olahraga di luar sekolah, dan masih banyak lagi.

Terdapat perbedaan terhadap kemampuan/penampilan motorik pada anak laki-laki dan perempuan (Lutan, 2002: 349). Menurut Rahyubi (2012: 226) bahwa dalam penampilan motorik terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan. Memang pada realitanya dalam kehidupan, umumnya kemampuan motorik laki-

laki lebih kuat daripada perempuan. Ditambah dengan kedua pendapat ahli di atas menguatkan pendapat bahwa jenis kelamin mempengaruhi kemampuan motorik seseorang.

Selain jenis kelamin usia juga mempengaruhi kemampuan motorik seseorang. Lutan (2002: 247) bahwa usia mempengaruhi kemampuan motorik seseorang. Usia berpengaruh pada kesiapan dan kemampuan untuk mempelajari dan menampilkan tugas tertentu (Sumantri, 2005: 112). Motivasi juga mempengaruhi kemampuan motorik seseorang. Rahyubi (2012: 226) menyatakan bahwa motivasi yang kuat untuk menguasai kemampuan motorik tertentu biasanya telah mempunyai modal besar untuk meraih prestasi. Lutan (2002: 360) motivasi merupakan salah satu yang mempengaruhi seseorang untuk mengatasi tantangan pada pada kegiatan tertentu sehingga akan membangkitkan keinginan untuk berprestasi.

Kondisi fisik juga merupakan salah satu yang mempengaruhi kemampuan motorik. Rahyubi (2012: 225) menyatakan bahwa kondisi fisik sangat erat hubungannya dengan kemampuan motorik kasar seseorang. Cacat fisik akan memperlambat perkembangan kemampuan motorik seseorang (Hurlock, 2009: 154). Faktor lingkungan juga ikut menentukan kemampuan motorik seseorang (Sujiono, 2014: 68). Rahyubi (2012: 226) perkembangan motorik individu berjalan optimal jika lingkungan tempat tinggalnya mendukung dan kondusif. Sarana dan prasarana dan kegiatan belajar yang menarik akan membuat anak tertarik untuk bergerak dan mempelajari pembelajaran motorik yang diajarkan.

Selain itu juga ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak menurut Sukamti (2007: 40-41) yaitu:

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

Sepriadi (2017:205) menyatakan bahwa status gizi dan kemampuan motorik anak akan mempengaruhi kesegaran jasmani anak. Pendapat tersebut berarti kemampuan motorik yang baik akan mempengaruhi kesegaran jasmani anak. Rahmadani (2014) menyatakan bahwa permainan tradisional dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Hal ini dibuktikan setelah anak memainkan

permainan kucing dan tikus dan roda gelinding terdapat peningkatan kemampuan motorik kasar anak. Dari beberapa pendapat ahli di atas dapat diambil kesimpulan bahwa hal-hal yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik anak adalah jenis kelamin, usia, motivasi, kondisi fisik, status gizi, dan lingkungan.

Sukintaka (2001:48) menyatakan mengembangkan kemampuan motorik merupakan bagian dalam pembentukan manusia Indonesia seutuhnya dan merupakan tugas para guru Pendidikan Jasmani. Putri (2017) menyatakan bahwa guru dan pembina harus memahami aspek-aspek (afektif, kognitif, dan psikomotorik) yang mempengaruhi olahraga terutama motivasi, sebagai suatu faktor keberhasilan pengembangan potensi dan keterampilan olahraga. Tanpa pemahaman yang baik tentang aspek-aspek tersebut maka proses pendidikan olahraga tidak akan efektif dan tercapai maksimal.

Tujuan Pendidikan jasmani selaras dengan tujuan umum Pendidikan (Rachman, 2004: 60). Tujuan umum Pendidikan di Indonesia adalah sesuai yang tercantum pada Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 3 yaitu mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Guru Pendidikan Jasmani adalah pribadi yang berperan aktif untuk bisa mengembangkan kemampuan motorik peserta didiknya dengan metode latihan yang terstruktur berfungsi untuk meningkatkan kemampuan motorik saat peserta didik berada di sekolah. Tentu diperlukan juga perhatian dan kesungguhan dari

peserta didik untuk membantu metode latihan yang telah dibuat oleh Guru Pendidikan Jasmani agar dapat berjalan lancar dan berhasil sesuai dengan apa yang diharapkan.

C. Keterbatasan Penelitian

Pelaksanaan penelitian yang dilakukan oleh penulis telah dilaksanakan dengan sebaik mungkin agar hasil dalam penelitian yang dilakukan oleh penulis memperoleh hasil yang baik dan akurat. Dalam pelaksanaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdapat beberapa kekurangan dan kelemahan, yaitu:

1. Tidak diketahuinya kondisi siswa sebelum melakukan tes yang diberikan oleh peneliti.
2. Alat dan fasilitas yang terbatas sehingga sedikit mengganggu jalannya proses pelaksanaan penelitian.
3. Wabah *covid-19* yang sedang melanda kawasan Jogjakarta yang hampir membuat waktu pelaksanaan penelitian hampir tertunda.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik sebagian besar masuk dalam kategori sedang yaitu diperoleh 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori kurang sekali, 4 peserta didik (9,76%) berada pada kategori kurang, 33 peserta didik (80,49%) berada pada kategori sedang, 4 peserta didik (9,76%) berada pada kategori baik, dan 0 peserta didik (0,00%) berada pada kategori baik sekali.

B. Implikasi Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian di atas, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai implikasi bagi pihak-pihak yang terkait dengan tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik yaitu guru Pendidikan Jasmani, Pembina Sekolah, dan para guru lainnya.

1. Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan atau dasar untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik.
2. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi guru Pendidikan Jasmani, Pembina Sekolah, dan guru lainnya dalam melihat tingkat keberhasilan pembelajaran yang telah dilaksanakan terhadap pembelajaran yang terkait dengan kemampuan motorik.

C. Saran

Berikut ada beberapa saran yang perlu untuk disampaikan setelah penelitian dilaksanakan:

1. Bagi peserta didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik perlu meningkatkan perhatian dan kemampuan gerakanya dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani supaya kemampuan gerak yang dimiliki dapat meningkat. Serta bersungguh-sungguh saat mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani dan melakukan latihan-latihan sendiri di rumah agar kemampuan motorik dapat meningkat.
2. Bagi guru Pendidikan Jasmani agar dapat meningkatkan kemampuan motorik peserta didiknya melalui pembelajaran atau materi yang terstruktur dengan hasil penelitian ini sebagai tolok ukurnya.
3. Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian selanjutnya agar menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dan evaluasi supaya hasil penelitian dapat lebih baik dan lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Hadi, S. (2004). *Metodologi Research (Jilid 3)*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hurlock, B. E. (2009). *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Ikhsan, M. (2005). *Kemampuan motorik siswa kelas atas di SD Negeri Segoroyoso Pleret Bantul*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Juarsih, C. & Dirman. (2014). *Karakteristik Peserta Didik*. Jakarta: PT Adi Mahasatya.
- Lumintuarso. (2013). *Teori kepelatihan olahraga*. Jakarta: LANKOR KEMENPORA.
- Lutan, R. (2000). *Belajar Kemampuan Motorik, Penantar Teori Dan Metode*. Jakarta: P2LPTKL Dirjen Dikti Depdikbud.
- Lutan, R. (2001). *Pendidikan Kebugaran Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Lutan, R. (2002). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori, dan Metode*. Jakarta: Depdikbud.
- Ma'mun, A. & Yudha M.S. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Bandung: IKIP Bandung Press.
- Mutohir, T. & Gusril. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Jakarta: Depdiknas.
- Nurhasan. (2000). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Papalia, D.E., et all. (2009). *Human Development (edisi 10)*. Jakarta: Salemba Humanika. Pp 193, 327.
- Payne, G.V., Issacs D., & Larry. (2012). *Human Motor Development A Lifespan Approach*. NewYork: MC Graw Hill.
- Putri, S.A.R. (2017). *Peranan Motivasi Terhadap Perkembangan Keterampilan Fisik Motoric Peserta Didik dalam Pendidikan Jasmani*. Jurnal Pendidikan Rokina Vol. 2 (No. 1/2017) 119-129

- Rachman, H.A. (2004). *Pendidikan Jasmani yang Tepat Merupakan Condituo Qua Non dalam Upaya Membentuk Manusia Indonesia Seutuhnya*. Jurnal pendidikan jasmani Indonesia, Vol. 1, No. 1
- Rahmadani, N.K.A. (2014). Peningkatan
- Rahyubi, H. (2012). *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik Deskripsi dan Tinjauan Kritis*. Bandung: Nusa Media.
- Sepriadi, S. (2017). *Kontribusi Status Gizi Dan Kemampuan Motorik Terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar*. Jurnal Keolahragaan, 5(2), 194-206
- Sudijono. (2010). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiyanto. (2003). *Peran Guru BK dalam Penanganan Krisis*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan: UNY.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sujarwo & Cukup, P.W. (2015). *Kemampuan Motorik Kasar dan Halus Anak Usia 4-6 Tahun*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Vol. 11 Nomor 2:97.
- Sujiono, Y. N. (2014). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT. Indeks.
- Sukadiyanto. (2005). *Penantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: UNY.
- Sukamti, R.E. (2007). *Perkembangan Motorik* (diktat). Yoyakarta: FIK UNY.
- Sukintaka. (2001). *Teori Bermain*. Yogyakarta: FPOK IKIP.
- Sumantri. (2005). *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Depdiknas.
- Universitas Negeri Yogyakarta. (2016). *Pedoman Tugas Akhir Skripsi*. Yogyakarta: UNY.
- Yanuar, I. (2010). *Jurnal Ilmu Keolahragaan: Kemampuan motorik siswa kelas atas SD Muhammadiyah Tamantirto Kasihan Bantul*. Yogyakarta: Universitas Neeri Yogyakarta.

Pratiwi, Y & Muhammad, K. (2015). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar (Keseimbangan Tubuh) Anak Melalui Permainan Tradisional Engklekdi Kelompok B Tunas Rimba II Tahun Ajaran 2015/2015*. Jurnal penelitian PAUDIA.

Yudanto. 2006. *Upaya Mengembangkan Kemampuan Motorik Anak Pra-Sekolah*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Vol. 3 Nomor 3 :35.

Zulkfli. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengajuan Judul

17/2-2020
f

Lampiran : 1 Bendel Judul Proposal Penelitian
Hal : Pengajuan Judul Proposal Penelitian

Kepada
Yth. Ketua Jurusan POR
Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Rizal Fahmi
Nomor Mahasiswa : 16601241022
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Prodi : PJKR

Dengan hormat, untuk keperluan Tugas Akhir Skripsi, dengan ini saya mengajukan kepada Bapak Ketua Jurusan POR, judul penelitian yang telah direkomendasi oleh Koordinator/Anggota *Research Group* Jurusan POR. Adapun judul penelitian tersebut adalah sebagai berikut :

Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas VIII
SMP N 4 Ngaglik

Besar harapan saya Bapak menyetujui permohonan ini. Atas perhatian dan bantuannya, saya ucapkan banyak terima kasih.

Koordinator/Anggota
Research Group Jurusan POR
Sagarwo, S.Pd., M.Pd., M.Or.
NIP. 1983.05142008011012

Yogyakarta, 13 Februari 2020
Yang Mengajukan
Rizal Fahmi
NIM. 16601241022

Lampiran 2. Surat Pengajuan Pembimbing



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor : 33.a/POR/II/2020
Lamp. : 1 berdel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

18 Februari 2020

Yth. Sujarwo, M.Or.
Jurusan POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : RIZAL FAHMI
NIM : 16601241022
Judul Skripsi : TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 4 NGAGLIK

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan POR,


Dr. Jaka Sunardi, M.Kes.
NIP. 19610731 199001 1 001.



Lampiran 3. Kartu Bimbingan

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : RIZAL FAHMI.
NIM : 16601241022
Program Studi : PJKR
Pembimbing : Sujarwo, M. Or.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	19 Feb 2020	Pendah: take notes + usus ijin paralistik → pasmen.	
2.	9 April 2020	Konsultasi Skripsi (Daring) Bab 1 - V	

Ketua Jurusan POR,

Dr. Jaka Sunardi, M. kes.
NIP. 19610731 199001 1 001

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 114/UN34.16/PP.01/2020
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

19 Februari 2020

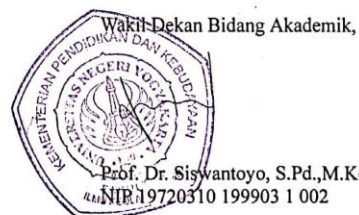
Yth . SMP N 4 NGAGLIK
Wonorejo, Sariharjo, Kec. Ngaglik, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55581

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Rizal Fahmi
NIM : 16601241022
Program Studi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 4 NGAGLIK
Waktu Penelitian : 19 Februari - 30 April 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 5. Surat Izin Peminjaman Alat



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

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

Yogyakarta, 4 Maret 2020

Lamp : -

Hal : Permohonan Peminjaman Alat

**Kepada Yth. Wakil Dekan Bidang Umum dan Keuangan
Di Tempat**

Diberitahukan dengan hormat , bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin menggunakan alat FIK UNY untuk keperluan ijin penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa :

Nama : Rizal Fahmi
NIM : 16601241022
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)
Dosen Pembimbing : Sujarwo, S.Pd., Jas.M.Or
NIP : 198303142008011012
Penelitian akan dilaksanakann pada :
Waktu : Bulan Maret 2020 - April 2020
Tempat : SMP N 4 Ngaglik
Alat Yang Dipinjam : Medicine Ball 2 buah, Meteran 1 buah, 3 bola softball
Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas VIII di SMP N 4 Ngaglik

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

Yogyakarta, 4 Maret 2020

Dosen Pembimbing

Sujarwo, S.Pd., Jas.M.Or

NIP 19670605 199403 1 001

Lampiran 6. Surat Bukti Penelitian dari Sekolah



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN

SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 4 NGAGLIK

Alamat: Jl.Palagan tentara Pelajar, Sariharjo, Ngaglik, Sleman Telp. (0274) 869151

SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN PENELITIAN

NOMOR : 423.4/ 004/ 2020

Yang bertanda tangan di bawah ini :

1.Nama lengkap	: Drs. Susiyanto, M.Pd
2.NIP	: 19600326 198202 1 003
3.Pangkat /Golongan	: Pembina Tk. I, IV/b
4.Jabatan	: Kepala sekolah
5.Nama sekolah	: SMP Negeri 4 Ngaglik
6.Alat Sekolah	: Wonorejo,Sariharjo,Ngaglik, Sleman, telp.869151

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

1. Nama	: Rizal Fahmi
2. NIM	: 16601241022
3. Fakultas	: Ilmu Keolahragaan
4. Program Studi/Tingkat	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi / S1
5.Instansi Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan kegiatan Kerja Praktek / Penelitian dengan Judul :

Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik kelas VIII SMP Negeri 4 Ngaglik pada tanggal 19 Februari s.d tanggal 30 April 2020

Demikian Surat Keterangan ini dibuat sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya



NIP. 19600326 198202 1 003

Lampiran 7. Petunjuk Pelaksanaan Tes

PETUNJUK PELAKSANAAN

Barrow Motor Ability Test

7. *Standing Board Jump*

- e. Tujuan : Mengukur power otot tungkai
- f. Alat : Meteran/pita ukur, bak pasir, bendera
- g. Pelaksanaan : Peserta didik berdiri pada papan tolak dan lutut ditekuk 45°, kedua lengan lurus ke belakang. Kemudian peserta didik menolak ke depan sejauh-jauhnya dengan kedua kakinya, kedua tangan tidak boleh menyentuh tanah.
- h. Skor : Jarak dari papan tolak dengan kaki yang terdekat dari papan tolak.

8. *Softball Throw*

- e. Tujuan : Mengukur power otot lengan dan bahu
- f. Alat : Meteran/pita ukur, bendera, bola *softball*
- g. Pelaksanaan : Peserta didik melemparkan bola *softball* sejauh-jauhnya tanpa awalan, kedua kaki berada di belakang garis batas.
- h. Skor : Jarak dari garis batas dan titik jatuh bola *softball*.

9. *Zig-Zag Run*

- e. Tujuan : Mengukur kelincahan
- f. Alat : *cone* pembatas, stopwatch, peluit
- g. Pelaksanaan : Peserta didik berdiri di belakang garis *start*, setelah mendengar peluit peserta didik lari secepat-cepatnya ke arah *cone* yang telah ditata, kemudian lari ke garis *finish*.
- h. Skor : Waktu tercepat dari garis *start* sampai garis *finish*

10. *Wall Pass*

- e. Tujuan : Mengukur koordinasi mata dan tangan
- f. Alat : Bola basket, stopwatch, peluit
- g. Pelaksanaan : Peserta didik memantulkan bola ke arah tembok di depannya kemudian menangkapnya kemudian melemparkannya kembali ke tembok dan diulangi seperti itu selama 15 detik.

- h. Skor : Jumlah pantulan bola yang berhasil ditangkap selama 15 detik.

11. *Medicine Ball-put*

- e. Tujuan : Mengukur power otot lengan.
- f. Alat : Bola *medicine* dan meteran.
- g. Pelaksanaan : Peserta didik berdiri di belakang garis batas, bola di depan dada dipegang dengan kedua tangan. Kemudian bola didorong ke depan sekuat-kuatnya.
- h. Skor : Jarak terjauh dari garis batas dan titik jatuh bola.

12. *Run 60 Yard*

- e. Tujuan : Mengukur kecepatan
- f. Alat : *Cone*, peluit, lintasan lari sejauh 60 *yard*
- g. Pelaksanaan : Peserta didik berdiri di belakang garis *start*, setelah mendengar peluit peserta didik lari secepat-cepatnya ke arah garis *finish*.
- h. Skor : Waktu tercepat dari garis *start* sampai garis *finish*.

Lampiran 9. Tabel Hasil Olah Data

No	Nama	Standing Board jump		Softball Throw		Zig-zag Run		Wall Pass		Medicine Ball		Run 60 Yard		ΣT-SCORE
		Skor	Tscore	Skor	Tscore	Skor	Tscore	Skor	Tscore	Skor	Tscore	Skor	Tscore	
1	FARHAN	1,7	50,58	14,5	36,47	14	33,94	21	53,07	2,7	37,03	9,84	45,60	256,70
2	KENO	1,5	44,25	17,8	42,53	12,3	49,82	24	60,20	4,4	60,40	8,66	55,36	312,56
3	ADA	1,8	53,74	19,4	45,47	12	51,82	18	45,94	2,8	38,41	9,6	47,59	282,97
4	GILANG	2	60,07	18,7	44,18	11,9	53,18	22	55,45	4,03	55,31	9	52,55	320,75
5	SATRIA	2,1	63,24	26,6	58,69	10,8	63,16	23	57,82	4,7	64,52	8,22	59,00	366,44
6	JALU	1,9	56,91	23,2	52,45	12,5	47,55	20	50,70	4,8	65,90	9,03	52,30	325,80
7	IKSAN	1,65	49,00	19,9	46,39	11,8	53,81	21	53,07	3,6	49,40	8,53	56,44	308,11
8	IKBAL	1,5	44,25	25,5	56,67	13,3	40,11	22	55,45	3,8	52,15	9,18	51,06	299,69
9	RIFQI	1,7	50,58	20,4	47,30	12,3	49,00	24	60,20	3,3	45,28	8,87	53,63	305,99
10	PUTU	1,5	44,25	28,1	61,44	12,3	49,55	24	60,20	3,4	46,65	9,56	47,92	310,01
11	KEVIN	1,45	42,67	15	37,39	13,5	38,21	12	31,69	2,8	38,41	9,88	45,27	233,63
12	ATHAR	2	60,07	29,7	64,38	12	51,82	30	74,46	5	68,65	8,29	58,42	377,80
13	FAJRIN	2,35	71,15	41	85,13	11,1	60,08	23	57,82	5,4	74,14	8,22	59,00	407,32
14	AFZAN	2,3	69,57	21,8	49,87	11,8	53,81	25	62,58	4,4	60,40	8,22	59,00	355,23
15	VISNHU	1,85	55,33	21,1	48,59	11,1	60,26	17	43,57	3,1	42,53	8,91	53,29	303,57
16	RAHUL	1,8	53,74	18,6	44,00	11,1	60,53	30	74,46	3,7	50,78	10,49	40,23	323,73
17	VALENT	1,4	41,08	22,6	51,34	12,6	47,01	18	45,94	3,1	42,53	9,56	47,92	275,83
18	BIMA	2,45	74,32	35,9	75,76	10,5	65,97	20	50,70	5,25	72,08	7,66	63,63	402,47
19	HAIDAR	1,2	34,75	15,3	37,94	13,6	37,84	17	43,57	3,75	51,46	11,65	30,63	236,20
20	VERO	1,75	52,16	21,9	50,06	11,4	57,26	19	48,32	3,2	43,91	10	44,28	295,99
21	DAVA	1,1	31,59	14,8	37,02	13,6	37,39	19	48,32	3,6	49,40	11,75	29,80	233,53
22	NAWA	1	28,42	18,8	44,37	13,1	42,20	15	38,81	2,9	39,78	9,2	50,90	244,48

23	FADLI	1,5	44,25	17	41,06	14,1	33,40	15	38,81	3	41,16	9,07	51,97	250,65
24	DIMAS	1,47	43,30	20,8	48,04	13,3	40,20	20	50,70	3,3	45,28	12,71	21,86	249,38
25	DONI	1,74	51,85	22,9	51,89	12,4	48,91	14	36,44	4,2	57,65	9,4	49,24	295,98
26	KUBRO	1,62	48,05	17,1	41,24	12	52,45	18	45,94	3,1	42,53	8,62	55,69	285,91
27	RIZQI	1,74	51,85	23,3	52,63	10,9	61,71	18	45,94	4,6	63,15	8,91	53,29	328,57
28	ALI	1,5	44,25	20,7	47,85	14,5	29,40	19	48,32	3,5	48,03	9,12	51,56	269,41
29	DEVAN	1,61	47,73	25	55,75	11,3	58,35	16	41,19	3,7	50,78	8,09	60,08	313,88
30	HAYDI	1,42	41,72	14,3	36,10	12,5	47,55	15	38,81	3,4	46,65	9,18	51,06	261,90
31	SAKTI	1,4	41,08	24,9	55,57	13,5	38,48	16	41,19	3,1	42,53	9,62	47,42	266,27
32	RAFIF	1,7	50,58	22,7	51,53	11,3	58,62	22	55,45	4	54,90	8,56	56,19	327,27
33	RIO	1,5	44,25	18,8	44,37	11,1	60,62	19	48,32	2,7	37,03	8,37	57,76	292,35
34	DEWA	1,1	31,59	16,4	39,96	14,9	26,04	11	29,31	3,35	45,97	13,47	15,58	188,45
35	SATIA	1,8	53,74	23,2	52,45	12,5	47,82	24	60,20	3,8	52,15	8,72	54,87	321,23
36	NANDA	1,6	47,41	19,1	44,92	12,1	51,27	14	36,44	3,4	46,65	9,72	46,59	273,29
37	YUSUF	1,9	56,91	24,5	54,83	11	60,89	24	60,20	3,2	43,91	8,25	58,75	335,49
38	HARIS	1,9	56,91	27	59,42	11,4	57,26	18	45,94	3,4	46,65	8,63	55,61	321,80
39	IVANDA	1,8	53,74	25,8	57,22	11,7	55,17	18	45,94	4,3	59,02	8,5	56,69	327,79
40	ILHAM	1,8	53,74	22,7	51,53	11,5	56,63	22	55,45	2,4	32,91	9,25	50,48	300,74
41	DUTA	1,85	55,33	19,8	46,20	11	60,89	21	53,07	3,2	43,91	9,13	51,47	310,87

Lampiran 10. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.853	.853	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation
Standing Board Jump	250.0000	1369.903	.820	.681
Softball Throw	250.0000	1455.866	.683	.538
Zig-zag Run	250.0000	1467.361	.666	.547
Wall Pass	250.0000	1585.182	.492	.278
Medicine Ball	250.0000	1530.173	.571	.460
Run 60 Yard	250.0000	1500.585	.615	.469

Lampiran 11. Hasil Uji Pengkategorian

1. Pengkategorian Standing Board Jump

NAMA	SKOR	M	X-M	STD	X-M/STD	TSCORE	KRITERIA
FARHAN	1,7	1,68	0,02	0,32	0,06	50,58	sedang
KENO	1,5	1,68	-0,18	0,32	-0,58	44,25	sedang
ADA	1,8	1,68	0,12	0,32	0,37	53,74	sedang
GILANG	2	1,68	0,32	0,32	1,01	60,07	baik
SATRIA	2,1	1,68	0,42	0,32	1,32	63,24	baik
JALU	1,9	1,68	0,22	0,32	0,69	56,91	sedang
IKSAN	1,65	1,68	-0,03	0,32	-0,10	49,00	sedang
IKBAL	1,5	1,68	-0,18	0,32	-0,58	44,25	sedang
RIFQI	1,7	1,68	0,02	0,32	0,06	50,58	sedang
PUTU	1,5	1,68	-0,18	0,32	-0,58	44,25	sedang
KEVIN	1,45	1,68	-0,23	0,32	-0,73	42,67	sedang
ATHAR	2	1,68	0,32	0,32	1,01	60,07	baik
FAJRIN	2,35	1,68	0,67	0,32	2,12	71,15	baik
AFZAN	2,3	1,68	0,62	0,32	1,96	69,57	baik
VISNHU	1,85	1,68	0,17	0,32	0,53	55,33	sedang
RAHUL	1,8	1,68	0,12	0,32	0,37	53,74	sedang
VALENT	1,4	1,68	-0,28	0,32	-0,89	41,08	sedang
BIMA	2,45	1,68	0,77	0,32	2,43	74,32	baik
H AidAR	1,2	1,68	-0,48	0,32	-1,52	34,75	kurang
VERO	1,75	1,68	0,07	0,32	0,22	52,16	sedang
DAVA	1,1	1,68	-0,58	0,32	-1,84	31,59	kurang
NAWA	1	1,68	-0,68	0,32	-2,16	28,42	kurang
FADLI	1,5	1,68	-0,18	0,32	-0,58	44,25	sedang
DIMAS	1,47	1,68	-0,21	0,32	-0,67	43,30	sedang
DONI	1,74	1,68	0,06	0,32	0,18	51,85	sedang
KUBRO	1,62	1,68	-0,06	0,32	-0,20	48,05	sedang
RIZQI	1,74	1,68	0,06	0,32	0,18	51,85	sedang
ALI	1,5	1,68	-0,18	0,32	-0,58	44,25	sedang
DEVAN	1,61	1,68	-0,07	0,32	-0,23	47,73	sedang
HAYDI	1,42	1,68	-0,26	0,32	-0,83	41,72	sedang
SAKTI	1,4	1,68	-0,28	0,32	-0,89	41,08	sedang
RAFIF	1,7	1,68	0,02	0,32	0,06	50,58	sedang
RIO	1,5	1,68	-0,18	0,32	-0,58	44,25	sedang
DEWA	1,1	1,68	-0,58	0,32	-1,84	31,59	kurang
SATIA	1,8	1,68	0,12	0,32	0,37	53,74	sedang
NANDA	1,6	1,68	-0,08	0,32	-0,26	47,41	sedang
YUSUF	1,9	1,68	0,22	0,32	0,69	56,91	sedang
HARIS	1,9	1,68	0,22	0,32	0,69	56,91	sedang
IVANDA	1,8	1,68	0,12	0,32	0,37	53,74	sedang

ILHAM	1,8	1,68	0,12	0,32	0,37	53,74	sedang
DUTA	1,85	1,68	0,17	0,32	0,53	55,33	sedang
M	1,68						
SD	0,32						

2. Perhitungan dan Pengkategorian *Softball Throw*

NAMA	SKOR	M	STD	X-M	X-M/STD	TSCORE	KRITERIA
FARHAN	14,5	21,87	5,45	-7,37	-1,35	36,47	kurang
KENO	17,8	21,87	5,45	-4,07	-0,75	42,53	sedang
ADA	19,4	21,87	5,45	-2,47	-0,45	45,47	sedang
GILANG	18,7	21,87	5,45	-3,17	-0,58	44,18	sedang
SATRIA	26,6	21,87	5,45	4,73	0,87	58,69	sedang
JALU	23,2	21,87	5,45	1,33	0,24	52,45	sedang
IKSAN	19,9	21,87	5,45	-1,97	-0,36	46,39	sedang
IKBAL	25,5	21,87	5,45	3,63	0,67	56,67	sedang
RIFQI	20,4	21,87	5,45	-1,47	-0,27	47,30	sedang
PUTU	28,1	21,87	5,45	6,23	1,14	61,44	baik
KEVIN	15	21,87	5,45	-6,87	-1,26	37,39	kurang
ATHAR	29,7	21,87	5,45	7,83	1,44	64,38	baik
FAJRIN	41	21,87	5,45	19,13	3,51	85,13	Baik Sekali
AFZAN	21,8	21,87	5,45	-0,07	-0,01	49,87	sedang
VISNHU	21,1	21,87	5,45	-0,77	-0,14	48,59	sedang
RAHUL	18,6	21,87	5,45	-3,27	-0,60	44,00	sedang
VALENT	22,6	21,87	5,45	0,73	0,13	51,34	sedang
BIMA	35,9	21,87	5,45	14,03	2,58	75,76	baik
H AidAR	15,3	21,87	5,45	-6,57	-1,21	37,94	kurang
VERO	21,9	21,87	5,45	0,03	0,01	50,06	sedang
DAVA	14,8	21,87	5,45	-7,07	-1,30	37,02	kurang
NAWA	18,8	21,87	5,45	-3,07	-0,56	44,37	sedang
FADLI	17	21,87	5,45	-4,87	-0,89	41,06	sedang
DIMAS	20,8	21,87	5,45	-1,07	-0,20	48,04	sedang
DONI	22,9	21,87	5,45	1,03	0,19	51,89	sedang
KUBRO	17,1	21,87	5,45	-4,77	-0,88	41,24	sedang
RIZQI	23,3	21,87	5,45	1,43	0,26	52,63	sedang
ALI	20,7	21,87	5,45	-1,17	-0,21	47,85	sedang
DEVAN	25	21,87	5,45	3,13	0,58	55,75	sedang
HAYDI	14,3	21,87	5,45	-7,57	-1,39	36,10	kurang
SAKTI	24,9	21,87	5,45	3,03	0,56	55,57	sedang
RAFIF	22,7	21,87	5,45	0,83	0,15	51,53	sedang
RIO	18,8	21,87	5,45	-3,07	-0,56	44,37	sedang
DEWA	16,4	21,87	5,45	-5,47	-1,00	39,96	kurang
SATIA	23,2	21,87	5,45	1,33	0,24	52,45	sedang
NANDA	19,1	21,87	5,45	-2,77	-0,51	44,92	sedang

YUSUF	24,5	21,87	5,45	2,63	0,48	54,83	sedang
HARIS	27	21,87	5,45	5,13	0,94	59,42	sedang
IVANDA	25,8	21,87	5,45	3,93	0,72	57,22	sedang
ILHAM	22,7	21,87	5,45	0,83	0,15	51,53	sedang
DUTA	19,8	21,87	5,45	-2,07	-0,38	46,20	sedang
M	21,87						
SD	5,45						

3. Perhitungan dan Pengkategorian *Zig-zag Run*

NAMA	SKOR	M	STD	M-X	M-X/STD	TSCORE	KRITERIA
FARHAN	14	12,23	1,10	-1,77	-1,61	33,94	kurang
KENO	12,25	12,23	1,10	-0,02	-0,02	49,82	sedang
ADA	12,03	12,23	1,10	0,20	0,18	51,82	sedang
GILANG	11,88	12,23	1,10	0,35	0,32	53,18	sedang
SATRIA	10,78	12,23	1,10	1,45	1,32	63,16	baik
JALU	12,5	12,23	1,10	-0,27	-0,24	47,55	sedang
IKSAN	11,81	12,23	1,10	0,42	0,38	53,81	sedang
IKBAL	13,32	12,23	1,10	-1,09	-0,99	40,11	sedang
RIFQI	12,34	12,23	1,10	-0,11	-0,10	49,00	sedang
PUTU	12,28	12,23	1,10	-0,05	-0,05	49,55	sedang
KEVIN	13,53	12,23	1,10	-1,30	-1,18	38,21	kurang
ATHAR	12,03	12,23	1,10	0,20	0,18	51,82	sedang
FAJRIN	11,12	12,23	1,10	1,11	1,01	60,08	baik
AFZAN	11,81	12,23	1,10	0,42	0,38	53,81	sedang
VISNHU	11,1	12,23	1,10	1,13	1,03	60,26	baik
RAHUL	11,07	12,23	1,10	1,16	1,05	60,53	baik
VALENT	12,56	12,23	1,10	-0,33	-0,30	47,01	sedang
BIMA	10,47	12,23	1,10	1,76	1,60	65,97	baik
HAIDAR	13,57	12,23	1,10	-1,34	-1,22	37,84	kurang
VERO	11,43	12,23	1,10	0,80	0,73	57,26	sedang
DAVA	13,62	12,23	1,10	-1,39	-1,26	37,39	kurang
NAWA	13,09	12,23	1,10	-0,86	-0,78	42,20	sedang
FADLI	14,06	12,23	1,10	-1,83	-1,66	33,40	kurang
DIMAS	13,31	12,23	1,10	-1,08	-0,98	40,20	sedang
DONI	12,35	12,23	1,10	-0,12	-0,11	48,91	sedang
KUBRO	11,96	12,23	1,10	0,27	0,25	52,45	sedang
RIZQI	10,94	12,23	1,10	1,29	1,17	61,71	baik
ALI	14,5	12,23	1,10	-2,27	-2,06	29,40	kurang
DEVAN	11,31	12,23	1,10	0,92	0,84	58,35	sedang
HAYDI	12,5	12,23	1,10	-0,27	-0,24	47,55	sedang
SAKTI	13,5	12,23	1,10	-1,27	-1,15	38,48	kurang
RAFIF	11,28	12,23	1,10	0,95	0,86	58,62	sedang
RIO	11,06	12,23	1,10	1,17	1,06	60,62	baik

DEWA	14,87	12,23	1,10	-2,64	-2,40	26,04	kurang
SATIA	12,47	12,23	1,10	-0,24	-0,22	47,82	sedang
NANDA	12,09	12,23	1,10	0,14	0,13	51,27	sedang
YUSUF	11,03	12,23	1,10	1,20	1,09	60,89	baik
HARIS	11,43	12,23	1,10	0,80	0,73	57,26	sedang
IVANDA	11,66	12,23	1,10	0,57	0,52	55,17	sedang
ILHAM	11,5	12,23	1,10	0,73	0,66	56,63	sedang
DUTA	11,03	12,23	1,10	1,20	1,09	60,89	baik
M	12,23						
SD	1,10						

4. Perhitungan dan Pengkategorian Wall Pass

NAMA	SKOR	M	STD	X-M	X-M/STD	TSCORE	KRITERIA
FARHAN	21	19,71	4,21	1,29	0,31	53,07	sedang
KENO	24	19,71	4,21	4,29	1,02	60,20	baik
ADA	18	19,71	4,21	-1,71	-0,41	45,94	sedang
GILANG	22	19,71	4,21	2,29	0,54	55,45	sedang
SATRIA	23	19,71	4,21	3,29	0,78	57,82	sedang
JALU	20	19,71	4,21	0,29	0,07	50,70	sedang
IKSAN	21	19,71	4,21	1,29	0,31	53,07	sedang
IKBAL	22	19,71	4,21	2,29	0,54	55,45	sedang
RIFQI	24	19,71	4,21	4,29	1,02	60,20	baik
PUTU	24	19,71	4,21	4,29	1,02	60,20	baik
KEVIN	12	19,71	4,21	-7,71	-1,83	31,69	kurang
ATHAR	30	19,71	4,21	10,29	2,45	74,46	baik
FAJRIN	23	19,71	4,21	3,29	0,78	57,82	sedang
AFZAN	25	19,71	4,21	5,29	1,26	62,58	baik
VISNHU	17	19,71	4,21	-2,71	-0,64	43,57	sedang
RAHUL	30	19,71	4,21	10,29	2,45	74,46	baik
VALENT	18	19,71	4,21	-1,71	-0,41	45,94	sedang
BIMA	20	19,71	4,21	0,29	0,07	50,70	sedang
H Aidar	17	19,71	4,21	-2,71	-0,64	43,57	sedang
VERO	19	19,71	4,21	-0,71	-0,17	48,32	sedang
DAVA	19	19,71	4,21	-0,71	-0,17	48,32	sedang
NAWA	15	19,71	4,21	-4,71	-1,12	38,81	kurang
FADLI	15	19,71	4,21	-4,71	-1,12	38,81	kurang
DIMAS	20	19,71	4,21	0,29	0,07	50,70	sedang
DONI	14	19,71	4,21	-5,71	-1,36	36,44	kurang
KUBRO	18	19,71	4,21	-1,71	-0,41	45,94	sedang
RIZQI	18	19,71	4,21	-1,71	-0,41	45,94	sedang
ALI	19	19,71	4,21	-0,71	-0,17	48,32	sedang
DEVAN	16	19,71	4,21	-3,71	-0,88	41,19	sedang
HAYDI	15	19,71	4,21	-4,71	-1,12	38,81	kurang

SAKTI	16	19,71	4,21	-3,71	-0,88	41,19	sedang
RAFIF	22	19,71	4,21	2,29	0,54	55,45	sedang
RIO	19	19,71	4,21	-0,71	-0,17	48,32	sedang
DEWA	11	19,71	4,21	-8,71	-2,07	29,31	kurang
SATIA	24	19,71	4,21	4,29	1,02	60,20	baik
NANDA	14	19,71	4,21	-5,71	-1,36	36,44	kurang
YUSUF	24	19,71	4,21	4,29	1,02	60,20	baik
HARIS	18	19,71	4,21	-1,71	-0,41	45,94	sedang
IVANDA	18	19,71	4,21	-1,71	-0,41	45,94	sedang
ILHAM	22	19,71	4,21	2,29	0,54	55,45	sedang
DUTA	21	19,71	4,21	1,29	0,31	53,07	sedang
M	19,71						
SD	4,21						

5. Perhitungan dan Pengkategorian *Medicine Ball*

NAMA	SKOR	M	STD	X-M	X-M/STD	TSCORE	KRITERIA
FARHAN	2,7	3,64	0,73	-0,94	-1,30	37,03	kurang
KENO	4,4	3,64	0,73	0,76	1,04	60,40	baik
ADA	2,8	3,64	0,73	-0,84	-1,16	38,41	kurang
GILANG	4,03	3,64	0,73	0,39	0,53	55,31	sedang
SATRIA	4,7	3,64	0,73	1,06	1,45	64,52	baik
JALU	4,8	3,64	0,73	1,16	1,59	65,90	baik
IKSAN	3,6	3,64	0,73	-0,04	-0,06	49,40	sedang
IKBAL	3,8	3,64	0,73	0,16	0,22	52,15	sedang
RIFQI	3,3	3,64	0,73	-0,34	-0,47	45,28	sedang
PUTU	3,4	3,64	0,73	-0,24	-0,33	46,65	sedang
KEVIN	2,8	3,64	0,73	-0,84	-1,16	38,41	kurang
ATHAR	5	3,64	0,73	1,36	1,86	68,65	baik
FAJRIN	5,4	3,64	0,73	1,76	2,41	74,14	baik
AFZAN	4,4	3,64	0,73	0,76	1,04	60,40	baik
VISNHU	3,1	3,64	0,73	-0,54	-0,75	42,53	sedang
RAHUL	3,7	3,64	0,73	0,06	0,08	50,78	sedang
VALENT	3,1	3,64	0,73	-0,54	-0,75	42,53	sedang
BIMA	5,25	3,64	0,73	1,61	2,21	72,08	baik
H AidAR	3,75	3,64	0,73	0,11	0,15	51,46	sedang
VERO	3,2	3,64	0,73	-0,44	-0,61	43,91	sedang
DAVA	3,6	3,64	0,73	-0,04	-0,06	49,40	sedang
NAWA	2,9	3,64	0,73	-0,74	-1,02	39,78	kurang
FADLI	3	3,64	0,73	-0,64	-0,88	41,16	sedang
DIMAS	3,3	3,64	0,73	-0,34	-0,47	45,28	sedang
DONI	4,2	3,64	0,73	0,56	0,76	57,65	sedang
KUBRO	3,1	3,64	0,73	-0,54	-0,75	42,53	sedang
RIZQI	4,6	3,64	0,73	0,96	1,31	63,15	baik

ALI	3,5	3,64	0,73	-0,14	-0,20	48,03	sedang
DEVAN	3,7	3,64	0,73	0,06	0,08	50,78	sedang
HAYDI	3,4	3,64	0,73	-0,24	-0,33	46,65	sedang
SAKTI	3,1	3,64	0,73	-0,54	-0,75	42,53	sedang
RAFIF	4	3,64	0,73	0,36	0,49	54,90	sedang
RIO	2,7	3,64	0,73	-0,94	-1,30	37,03	kurang
DEWA	3,35	3,64	0,73	-0,29	-0,40	45,97	sedang
SATIA	3,8	3,64	0,73	0,16	0,22	52,15	sedang
NANDA	3,4	3,64	0,73	-0,24	-0,33	46,65	sedang
YUSUF	3,2	3,64	0,73	-0,44	-0,61	43,91	sedang
HARIS	3,4	3,64	0,73	-0,24	-0,33	46,65	sedang
IVANDA	4,3	3,64	0,73	0,66	0,90	59,02	sedang
ILHAM	2,4	3,64	0,73	-1,24	-1,71	32,91	kurang
DUTA	3,2	3,64	0,73	-0,44	-0,61	43,91	sedang
M	3,64						
SD	0,73						

6. Perhitungan dan Pengkategorian *Run 60 yard*

FARHAN	9,84	9,31	1,21	-0,53	-0,44	45,60	sedang
KENO	8,66	9,31	1,21	0,65	0,54	55,36	sedang
ADA	9,6	9,31	1,21	-0,29	-0,24	47,59	sedang
GILANG	9	9,31	1,21	0,31	0,25	52,55	sedang
SATRIA	8,22	9,31	1,21	1,09	0,90	59,00	sedang
JALU	9,03	9,31	1,21	0,28	0,23	52,30	sedang
IKSAN	8,53	9,31	1,21	0,78	0,64	56,44	sedang
IKBAL	9,18	9,31	1,21	0,13	0,11	51,06	sedang
RIFQI	8,87	9,31	1,21	0,44	0,36	53,63	sedang
PUTU	9,56	9,31	1,21	-0,25	-0,21	47,92	sedang
KEVIN	9,88	9,31	1,21	-0,57	-0,47	45,27	sedang
ATHAR	8,29	9,31	1,21	1,02	0,84	58,42	sedang
FAJRIN	8,22	9,31	1,21	1,09	0,90	59,00	sedang
AFZAN	8,22	9,31	1,21	1,09	0,90	59,00	sedang
VISNHU	8,91	9,31	1,21	0,40	0,33	53,29	sedang
RAHUL	10,49	9,31	1,21	-1,18	-0,98	40,23	sedang
VALENT	9,56	9,31	1,21	-0,25	-0,21	47,92	sedang
BIMA	7,66	9,31	1,21	1,65	1,36	63,63	baik
H Aidar	11,65	9,31	1,21	-2,34	-1,94	30,63	kurang
VERO	10	9,31	1,21	-0,69	-0,57	44,28	sedang
DAVA	11,75	9,31	1,21	-2,44	-2,02	29,80	kurang
NAWA	9,2	9,31	1,21	0,11	0,09	50,90	sedang
FADLI	9,07	9,31	1,21	0,24	0,20	51,97	sedang
DIMAS	12,71	9,31	1,21	-3,40	-2,81	21,86	kurang

DONI	9,4	9,31	1,21	-0,09	-0,08	49,24	sedang
KUBRO	8,62	9,31	1,21	0,69	0,57	55,69	sedang
RIZQI	8,91	9,31	1,21	0,40	0,33	53,29	sedang
ALI	9,12	9,31	1,21	0,19	0,16	51,56	sedang
DEVAN	8,09	9,31	1,21	1,22	1,01	60,08	baik
HAYDI	9,18	9,31	1,21	0,13	0,11	51,06	sedang
SAKTI	9,62	9,31	1,21	-0,31	-0,26	47,42	sedang
RAFIF	8,56	9,31	1,21	0,75	0,62	56,19	sedang
RIO	8,37	9,31	1,21	0,94	0,78	57,76	sedang
DEWA	13,47	9,31	1,21	-4,16	-3,44	15,58	kurang sekali
SATIA	8,72	9,31	1,21	0,59	0,49	54,87	sedang
NANDA	9,72	9,31	1,21	-0,41	-0,34	46,59	sedang
YUSUF	8,25	9,31	1,21	1,06	0,88	58,75	sedang
HARIS	8,63	9,31	1,21	0,68	0,56	55,61	sedang
IVANDA	8,5	9,31	1,21	0,81	0,67	56,69	sedang
ILHAM	9,25	9,31	1,21	0,06	0,05	50,48	sedang
DUTA	9,13	9,31	1,21	0,18	0,15	51,47	sedang
M	9,31						
SD	1,21						

7. Perhitungan dan Pengkategorian Tingkat Kemampuan Motorik Keseluruhan

NAMA	TSCORE SBJ	TSCORE ST	TSCORE ZZR	TSCORE WP	TSCORE MB	TSCORE R60Y	Σ T-SCORE	Σ T-SCORE/6	KRITERIA
FARHAN	50,58	36,47	33,94	53,07	37,03	45,60	256,70	42,78	sedang
KENO	44,25	42,53	49,82	60,20	60,40	55,36	312,56	52,09	sedang
ADA	53,74	45,47	51,82	45,94	38,41	47,59	282,97	47,16	sedang
GILANG	60,07	44,18	53,18	55,45	55,31	52,55	320,75	53,46	sedang
SATRIA	63,24	58,69	63,16	57,82	64,52	59,00	366,44	61,07	baik
JALU	56,91	52,45	47,55	50,70	65,90	52,30	325,80	54,30	sedang
IKSAN	49,00	46,39	53,81	53,07	49,40	56,44	308,11	51,35	sedang
IKBAL	44,25	56,67	40,11	55,45	52,15	51,06	299,69	49,95	sedang
RIFQI	50,58	47,30	49,00	60,20	45,28	53,63	305,99	51,00	sedang
PUTU	44,25	61,44	49,55	60,20	46,65	47,92	310,01	51,67	sedang
KEVIN	42,67	37,39	38,21	31,69	38,41	45,27	233,63	38,94	kurang
ATHAR	60,07	64,38	51,82	74,46	68,65	58,42	377,80	62,97	baik
FAJRIN	71,15	85,13	60,08	57,82	74,14	59,00	407,32	67,89	baik
AFZAN	69,57	49,87	53,81	62,58	60,40	59,00	355,23	59,21	sedang
VISNHU	55,33	48,59	60,26	43,57	42,53	53,29	303,57	50,59	sedang
RAHUL	53,74	44,00	60,53	74,46	50,78	40,23	323,73	53,96	sedang
VALENT	41,08	51,34	47,01	45,94	42,53	47,92	275,83	45,97	sedang
BIMA	74,32	75,76	65,97	50,70	72,08	63,63	402,47	67,08	baik
Haidar	34,75	37,94	37,84	43,57	51,46	30,63	236,20	39,37	kurang
VERO	52,16	50,06	57,26	48,32	43,91	44,28	295,99	49,33	sedang
DAVA	31,59	37,02	37,39	48,32	49,40	29,80	233,53	38,92	kurang
NAWA	28,42	44,37	42,20	38,81	39,78	50,90	244,48	40,75	sedang
FADLI	44,25	41,06	33,40	38,81	41,16	51,97	250,65	41,77	sedang
DIMAS	43,30	48,04	40,20	50,70	45,28	21,86	249,38	41,56	sedang
DONI	51,85	51,89	48,91	36,44	57,65	49,24	295,98	49,33	sedang
KUBRO	48,05	41,24	52,45	45,94	42,53	55,69	285,91	47,65	sedang

RIZQI	51,85	52,63	61,71	45,94	63,15	53,29	328,57	54,76	sedang
ALI	44,25	47,85	29,40	48,32	48,03	51,56	269,41	44,90	sedang
DEVAN	47,73	55,75	58,35	41,19	50,78	60,08	313,88	52,31	sedang
HAYDI	41,72	36,10	47,55	38,81	46,65	51,06	261,90	43,65	sedang
SAKTI	41,08	55,57	38,48	41,19	42,53	47,42	266,27	44,38	sedang
RAFIF	50,58	51,53	58,62	55,45	54,90	56,19	327,27	54,54	sedang
RIO	44,25	44,37	60,62	48,32	37,03	57,76	292,35	48,72	sedang
DEWA	31,59	39,96	26,04	29,31	45,97	15,58	188,45	31,41	kurang
SATIA	53,74	52,45	47,82	60,20	52,15	54,87	321,23	53,54	sedang
NANDA	47,41	44,92	51,27	36,44	46,65	46,59	273,29	45,55	sedang
YUSUF	56,91	54,83	60,89	60,20	43,91	58,75	335,49	55,92	sedang
HARIS	56,91	59,42	57,26	45,94	46,65	55,61	321,80	53,63	sedang
IVANDA	53,74	57,22	55,17	45,94	59,02	56,69	327,79	54,63	sedang
ILHAM	53,74	51,53	56,63	55,45	32,91	50,48	300,74	50,12	sedang
DUTA	55,33	46,20	60,89	53,07	43,91	51,47	310,87	51,81	sedang
M								50	
SD								7,60	

Lampiran 12. Hasil Uji Tes Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Power Otot Tungksi	41	28.42	74.32	50.0000	10.00000
Power Otot Lengan dan Bahu	41	36.10	85.13	50.0000	10.00000
Kelincahan	41	26.04	65.97	50.0000	10.00000
Koordinasi Mata dan Tanan	41	29.31	74.46	50.0000	10.00000
Power Otot Lengan	41	32.91	74.14	50.0000	10.00000
Kecepatan	41	15.58	63.63	50.0000	10.00000
Valid N (listwise)	41				

Lampiran 13. Dokumentasi



Gambar 1. Mempersiapkan Lintasan Tes Penelitian



Gambar 2. Pengambilan Skor Standing Board Jump



Gambar 3. Pengambilan Skor Softball Throw



Gambar 4. Pengambilan Skor Zig-za Run



Gambar 5. Pengambilan Skor Medicine Ball-put



Gambar 6. Pengambilan Skor Wall-pass



Gambar 7. Pengambilan Skor Run 60 Yard



Gambar 8. Bersama Guru Penjas Bu Wiwiek



Gambar 9. Foto Bersama Hari Pertama



Gambar 10. Foto Bersama Hari kedua