

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA
SISWA KKO KELAS 7 DI SMP N 13 YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh :

ITSNA ASYARA RIZKI

NIM : 16601241025

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2020

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA SISWA KKO KELAS 7 DI SMP N 13 YOGYAKARTA

Oleh :

Itsna Asyara Rizki
16601241025

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tingkat kemampuan motorik kasar pada siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta. kemampuan motorik merupakan gerak dasar atau kualitas hasil gerak yang berasal dari dalam ataupun luar diri anak untuk membentuk pada keterampilan gerak rendah yang dapat ditingkatkan melalui latihan.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan teknik tes pengukuran untuk mendapatkan data. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta sebanyak 28 siswa. Instrumen tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Borrow Motor Ability Test* yang meliputi: 1) *Standing broad jump*, 2) *Soft ball throw*, 3) *Zig-zag run*, 4) *Wall pass*, 5) *Medicine ball put*, 6) *Lari 60 yard dash*. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur adalah *stopwatch* dan meteran. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan presentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta sebagian besar masuk dalam kategori tinggi, yaitu diperoleh : 0 siswa (0,00%) mempunyai kemampuan motorik sangat tinggi, 11 siswa (39,29%) mempunyai kemampuan motorik tinggi, 9 siswa (32,14%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 5 siswa (17,86%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 3 siswa (10,71%) mempunyai kemampuan motorik sangat kurang.

Kata Kunci: *Kemampuan Motorik, Siswa KKO, SMP N 13 Yogyakarta*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Itsna Asyara Rizki

NIM : 16601241025

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Motorik Kasar pada Siswa KKO Kelas 7 di
SMP N 13 Yogyakarta

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

Yogyakarta, 22 April 2020
Yang Menyatakan,



Itsna Asyara Rizki
NIM. 16601241025

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR
PADA SISWA KKO KELAS 7 DI SMP N 13
YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Itsna Asyara Rizki
16601241025

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

Yogyakarta, April 2020

Mengetahui
Ketua Program Studi PJKR

Dosen Pembimbing



Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO
NIP. 196107311990011001



Dr. Hari Yulianto, M.Kes
NIP. 196707011994121001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA SISWA KKO
KELAS 7 DI SMP N 13 YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Itsna Asyara Rizki
NIM. 16601241025

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal, 22 April 2020

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Hari Yulianto, M.Kes Ketua Penguji/Pembimbing		24 - 2020
Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or Sekretaris Penguji		27/4 - 2020
Dr. Nurhadi Santoso, M.Pd Penguji I		27/4 2020

Yogyakarta, 27 April 2020

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta



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

MOTTO

Belajarliah dari masa lalu, Hiduplah untuk masa
kini, dan Berharaplah untuk masa yang akan datang

(Albert Einstein).

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

- 1) Kedua orang tua saya Bapak Dwi Tomo dan Ibu Tri Hartanti yang sudah merawat, membesarkan, dan memberikan doa untukku serta pengorbanan dan dukungan selama saya berkuliah untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
- 2) Adikku tersayang, Habib Faturahman yang selalu memberikan dukungan dan semangat dalam pengerjaan tugas akhir skripsi ini.
- 3) Mas Nurrohman Budi Hidayanto, laki-laki yang selalu mendukungku, menyemangatiku, menemaniku dalam suka maupun duka dalam perjalananku baik moril maupun materil dalam pengerjaan tugas akhir skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan judul "Tingkat Kemampuan Motorik Kasar pada Siswa KKO Kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta"

Selama dalam penulisan tugas akhir skripsi ini tentunya penulis mengalami hambatan dan kendala. Dengan usaha dan kerja keras penulis akhirnya bisa terselesainya tugas akhir skripsi ini dan tentunya berkat bantuan, dukungan dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terimakasih setulus-tulusnya kepada:

- 1) Dr. Hari Yulianto,. M.Kes selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan, bimbingan dan motivasi selama penyusunan skripsi sehingga bisa terselesaikannya tugas akhir skripsi ini.
- 2) Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan fasilitas dan bantuan selama proses penyusunan tugas akhir skripsi ini.
- 3) Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian tugas akhir skripsi ini.
- 4) Ibu Orbantari Dwi Sanosawai, S.Pd., selaku kepala sekolah SMP Negeri 13 Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian tugas akhir skripsi ini.

- 5) Bapak Sujianto selaku guru olahraga di SMP Negeri 13 Yogyakarta yang sudah memberikan izin dan bantuan selama penelitian tugas akhir skripsi ini.
- 6) Teman-teman PJKR A angkatan 2016, terimakasih atas sebuah pengalaman, suka duka, kebersamaan selama perkuliahan semoga selalu bisa menjadi teman dan sahabat hingga selamanya.

Semoga dalam semua bentuk bantuan yang sudah di berikan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Penulis juga menyadari bahwa dalam penulisan tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun akan bermanfaat untuk perbaikan-perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Yogyakarta, April 2020
Penulis



Itsna Asyara Rizki
NIM. 16601241025

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Kajian Teori.....	7
1. Hakikat Tingkat Kemampuan.....	7
2. Pengertian Kemampuan Motorik.....	8
3. Jenis-jenis Kemampuan Motorik.....	10
4. Pengertian Motorik.....	11
5. Unsur Kemampuan Motorik.....	15
6. Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik.....	17
7. Fungsi Kemampuan Motorik.....	18
8. Karakteristik Siswa Kelas 7.....	19
9. Kelas Khusus Olahraga.....	20
10. Karakteristik SMP N 13 Yogyakarta.....	21

B. Kajian Penelitian Relevan.....	24
C. Kerangka Berfikir.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Desain Penelitian.....	27
B. Diskripsi, Lokasi, Subjek, dan waktu Pelaksanaan penelitian.....	27
C. Populasi dan Sempel Peneliian.....	28
D. Variabel Penelitian.....	28
E. Instrumen Penelitian.....	29
F. Teknik Pengumpulan Data.....	32
G. Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	35
A. Hasil penelitian.....	35
B. Pembahasan.....	46
C. Keterbatasan Penelitian.....	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	50
A. Kesimpulan.....	50
B. Implikasi Penelitian.....	50
C. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN.....	54

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Uji Validitas.....	31
Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas.....	31
Tabel 3. Kategori Kemampuan Motorik Siswa	34
Tabel 4. Distribusi Kemampuan Power Otot Tungkai.....	35
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa.....	37
Tabel 6. Distribusi Kemampuan Power Otot Lengan dan Bahu.....	39
Tabel 7. Distribusi Kemampuan Kelincahan.....	40
Tabel 8. Distribusi Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan.....	41
Tabel 9. Distribusi Kemampuan Power Otot Lengan.....	43
Tabel 10. Distribusi Kemampuan Kecepatan.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram Kemampuan Motorik Siswa Keseluruhan.....	36
Gambar 2. Diagram Kemampuan Power Otot Tungkai.....	38
Gambar 3. Diagram Kemampuan Power Otot Lengan dan Bahu.....	39
Gambar 4. Diagram Kemampuan Kelincahan.....	41
Gambar 5. Diagram Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan.....	42
Gambar 6. Diagram Kemampuan Power Otot Lengan.....	44
Gambar 7. Diagram Kemampuan Kecepatan.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengajuan Bimbingan.....	54
Lampiran 2. Kartu Bimbingan.....	55
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian.....	56
Lampiran 4. Surat Bukti Penelitian dari Sekolah.....	57
Lampiran 5. Petunjuk Pelaksanaan Tes.....	58
Lampiran 6. Tabel Pengambilan Tes Kemampuan Motorik.....	61
Lampiran 7. Hasil Olah Data.....	62
Lampiran 8. Hasil Olah Data.....	64
Lampiran 9. Hasil Olah Data.....	65
Lampiran 10. Hasil Olah Data.....	68
Lampiran 11. Dokumentasi.....	69

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada saat ini banyak guru yang tidak memperhatikan mengenai masalah tingkat kemampuan motorik kasar siswa secara detail, kemampuan motorik kasar siswa sangat penting saat memasuki masa dari anak-anak ke masa remaja atau dari masa sekolah dasar ke sekolah menengah atas. Tingkat kemampuan motorik kasar siswa pada saat anak-anak atau pada saat sekolah dasar naik turun tidak bisa tertebak dengan pasti, dengan hal ini maka sangat penting dengan memahami tingkat kemampuan motorik kasar siswa sejak dini. Untuk bisa lebih mengerti lagi setiap siswa memiliki kemampuan yang berbeda-beda, kemampuan siswa bisa dilihat secara langsung dengan melaksanakan tes tingkat kemampuan motorik kasar, siswa dapat melakukan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Akan tetapi walaupun siswa melakukan tes tersebut dengan tidak sungguh-sungguh tingkat kemampuan motorik kasar siswa tidak akan bisa akurat dimana hasil tingkat kemampuan motorik kasar siswa berbeda dengan hasil kenyataan sesungguhnya.

Kemampuan motorik anak akan meningkat, apabila anak memperoleh kesempatan untuk melakukan gerakan yang melibatkan anggota tubuh. Tapi kenyataannya setiap anak memiliki perbedaan dalam tingkat kemampuan motorik kasar yang dimiliki siswa, dalam setiap kelas sekolah menengah pertama setiap siswa memiliki laju tingkat kemampuan karakteristik yang berbeda dengan kelas

yang lainnya. Perbedaan laju tingkat kemampuan motorik kasar anak diantaranya pemberian makanan yang mengandung gizi dimana makanan yang mengandung gizi akan membantu pertumbuhan pada anak, demikian juga pemberian makanan bergizi dan stimulus yang tepat akan membantu pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

Saat siswa memasuki tingkat sekolah menengah pertama dari masa sekolah dasar atau perubahan dari masa anak-anak ke masa remaja tingkat kemampuan motorik kasar siswa masih pada tahap penyesuaian, dimana kemampuan kasar siswa saat sekolah dasar belum terbentuk dengan sungguh-sungguh. Kemampuan motorik kasar adalah sesuatu kesanggupan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum yang mendasari tingkat penampilan yang baik atau tingkat kemampuan gerak (*motor ability*) akan mencerminkan tingkat gerak seseorang dalam mendalami sesuatu gerakan secara kualitas dan kuantitas yang baik. Motorik kasar membentuk gerakan yang terjadi karena adanya koordinasi otot-otot besar, seperti berjalan dan melompat menurut Hurlock (dalam Apriani, 2014). Motorik kasar membuat kemampuan anak saat beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besarnya, seperti nonlokomotor, lokomotor, dan manipulatif. Nonlokomotor ialah aktivitas gerak tanpa harus menggerakkan tubuh ketempat lain, contoh: meregang, melipat, mendorong, menarik, dan membungkuk. Locomotor ialah aktivitas gerak menggerakkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain, contoh: jalan, lari, lompat, loncat, jingkat dan lompat tali (*skipping*). Manipulatif ialah aktivitas gerak memanipulasi benda, contoh: melempar, menggiring, menangkap dan menendang (Sukamti 2018).

Untuk bisa meningkatkan pengetahuan tentang kemampuan motorik kasar siswa mereka akan lebih sering mencoba menguasai atau mengasah kemampuan motorik kasarnya. Pada saat memasuki masa menengah pertama dimana tingkat kemampuan motorik kasar akan bisa meningkat apabila dilakukannya aktivitas jasmani dengan teratur dan dengan sungguh-sungguh. Tingkat kemampuan motorik kasar siswa yang tidak sesuai dengan perilaku siswa, karena pada saat hari sebelum tes diadakan stamina siswa menurun. Untuk anak yang dari masa sekolah dasar sudah menekuni olahraga tertentu tingkat kemampuan motorik kasar akan berbeda, seperti contohnya olahraga yang menggunakan fisik berat dengan olahraga menggunakan fisik ringan pasti akan berbeda karena motorik kasar siswa bisa dilihat dengan kegiatan latihan yang dilakukan sehari-hari. Terdapat salah satu kelas-kelas khusus yang menerima siswa dengan kemampuan motorik kasar yang meningkat.

Seperti Kelas Khusus Olahraga di SMP Negeri 13 Yogyakarta tempat berkumpulnya siswa-siswa pilihan dengan kemampuan motorik kasar yang berbeda-beda, maka dari itu sangat pentingnya kegiatan tes tingkat kemampuan motorik kasar siswa yang bisa dilaksanakan seiring berjalannya waktu masa sekolah menengah pertama seperti saat kelas 7 dimana tingkat kemampuan motorik kasar siswa bisa dilihat dan dilakukan dengan sungguh-sungguh karena siswa kelas 7 masih bisa mematuhi guru dengan baik. Masa sekolah menengah pertama merupakan masa peralihan antara masa sekolah dasar ke masa sekolah menengah pertama yang terjadi antara usia 12-15 tahun. Siswa kelas 7 yang rata-rata usianya mulai 12-13 tahun sedang berada dalam tingkat pertumbuhan masa

remaja. Masa remaja termasuk masa yang sangat menentukan karena pada masa ini anak-anak mengalami banyak perubahan pada fisik dan psikisnya.

Pada masa remaja pertumbuhan fisik mengalami perubahan dengan cepat, lebih cepat dibanding dengan masa anak-anak dan masa dewasa. Remaja sebenarnya tidak memiliki tempat yang jelas, mereka sudah tidak termasuk golongan anak-anak, tetapi belum juga dapat diterima secara penuh untuk masuk ke golongan orang dewasa. Remaja berada di antara anak dan orang dewasa, oleh karena itu remaja seringkali dikenal dengan fase “mencari jati diri” atau fase “topan dan badai”. Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya.

Berdasarkan penjelasan yang sudah dipaparkan peneliti tertarik untuk mengetahui sejauh mana tingkat kemampuan motorik kasar pada siswa KKO kelas 7. Peneliti terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul “ Tingkat Kemampuan Motorik Kasar pada Siswa KKO Kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta “.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapat diajukan permasalahan sebagai berikut :

1. Belum diketahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta.
2. Untuk mengetahui kesadaran guru mengenai masalah tingkat kemampuan motorik kasar siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta

C. Batasan Masalah

Pembahasan dalam penelitian ini agar tidak terlalu luas dan dapat terfokus dalam melakukan penelitian maka penelitian ini akan meneliti tentang “Tingkat Kemampuan Motorik Kasar pada Siswa KKO Kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta”.

D. Rumusan Masalah

Sesuai pembatasan masalah yang telah diuraikan, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Seberapa Tinggi Tingkat Kemampuan Motorik Kasar pada Siswa KKO Kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik kasar pada siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Dapat dijadikan sebagai bahan informasi serta kajian penelitian yang lain terutama tentang tingkat perkembangan motorik siswa.
- b. Bahan Referensi dalam membahas tingkat perkembangan motorik kasar pada siswa kelas 7.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peserta Didik

Setelah diketahui kemampuan motorik yang ada pada setiap peserta didik kelas 7, maka diharapkan setiap peserta didik bisa mengembangkan kemampuan gerak sesuai dengan keterampilan yang dimilikinya.

b. Bagi Guru Pendidikan Jasmani

Setelah dilaksanakannya penelitian ini, guru Pendidikan Jasmani akan menjadikan sebagai pedoman dalam rangka merancang setiap aktivitas pembelajaran Penjasorkes yang sesuai dengan keterampilan yang dimiliki oleh siswa.

c. Bagi Sekolah

Setelah dilaksanakannya penelitian ini diharapkan pihak sekolah kan menjadikan sebagai pedoman dalam merancang kurikulum dan materi program Penjasorkes berdasarkan keterampilan motorik yang dimiliki oleh siswa kelas 7.

d. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi masyarakat tentang kondisi status kemampuan motorik anak. Selanjutnya masyarakat dapat mendukung hal-hal yang dapat meningkatkan status kemampuan motorik anak.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Tingkat Kemampuan

Tingkat kemampuan adalah tolak ukur yang didasari dengan peningkatan keberhasilan siswa mengenai kegiatan atau pemahaman siswa terhadap materi yang sudah diberikan di lain hari. Menurut Zain dalam Yusdi (2010:10) mengartikan bahwa kemampuan adalah kesanggupan, kecakapan, kekuatan yang berusaha dengan diri sendiri untuk menguasai keahlian dalam melakukan atau mengerjakan beragam tugas dalam suatu pekerjaan atau suatu penilaian atas tindakan seseorang pada dasarnya kemampuan terdiri atas dua kelompok faktor yaitu:

- a. Kemampuan intelektual (*intellectual ability*) yaitu kemampuan yang dibutuhkan untuk melakukan berbagai aktifitas mental berfikir,menalar dan memecahkan masalah.
- b. Kemampuan fisik (*physical ability*) yaitu kemampuan melakukan tugas-tugas yang menuntut stamina, keterampilan, kekuatan, dan karakteristik serupa.

Salah satu kesulitan dalam mempelajari konsep kemampuan yang berkaitan dengan kinerja keterampilan motorik adalah bahwa istilah kemampuan digunakan dalam banyak perbedaan cara. Misalnya, terapis fisik dan okupasi lihat “Kemampuan fungsional”; seorang pelatih bisbol mungkin merujuk pada "Kemampuan berlari" pemain; pendidik sering merujuk pada "Kemampuan

kognitif" siswa atau "Kemampuan intelektual." Daftar contoh bisa masuk aktif, tetapi beberapa contoh ini menggambarkan masalahnya. Istilah kemampuan berarti suatu sifat umum atau kapasitas individu yang relatif karakteristik abadi yang berfungsi sebagai penentu dari potensi pencapaian seseorang untuk kinerja keterampilan tertentu. Kapan istilahnya kemampuan motorik digunakan dalam konteks ini, itu mengacu pada kemampuan yang secara spesifik terkait dengan kinerja kemampuan motorik. Penting untuk diperhatikan bahwa beberapa peneliti dan praktisi menggunakan istilah seperti "Kemampuan psikomotorik" dan "Persepsi kemampuan motor" untuk merujuk pada apa yang akan kita sebut motor kemampuan menurut Anderson, David (2014).

2. Pengertian Kemampuan Motorik

Kemampuan (*ability*) adalah tanggung jawab karakteristik yang luas dan seimbang untuk kinerja maksimal seseorang pada tugas fisik dan mental menurut Kreitner (2014: 135). Pendapat lain juga dikemukakan oleh Subkhi (2013: 30) bahwa yang dimaksud dengan istilah kemampuan adalah daya tampung seseorang untuk mengerjakan beberapa kegiatan dalam suatu pekerjaan. Menurut pendapat Robbins dalam Badeni (2013: 13) mendefinisikan *ability refers to an individual's capacity to perform the various tasks in job*, kemampuan mencakup arti yang luas yaitu keseluruhan potensi yang dimiliki seseorang untuk mengerjakan bervariasi dalam pekerjaan. Kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum, yang menjadi dasar untuk menaikkan pertumbuhan dan perkembangan, keterampilan gerak (Pratiwi dan Kristanto, 2015: 2). Kemampuan motorik sangat erat kaitannya dengan perkembangan

proses gerakan tubuh melalui kegiatan yang dapat dikendalikan antara susunan saraf, otot, otak, dan spinal cord (Fikriyati 2013). Kemampuan motorik merupakan hasil kematangan siswa dalam melakukan pengendalian gerak tubuh, keterampilan motorik, dan kontrol motorik yang dilakukan. Keterampilan anak tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan kontrol motorik. kontrol motorik tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh. Kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa adanya latihan fisik. Aspek-aspek yang perlu dikembangkan untuk anak adalah motorik, kognitif, emosi, sosial, moralitas, dan kepribadian.

Kemampuan motorik merupakan faktor fisik yang dapat dikembangkan melalui belajar gerak. Di dalam belajar gerak diperlukan adanya ketelitian terhadap teknik gerakan yang benar, yaitu dimulai dari awal sampai akhir gerakan, sehingga kemampuan tersebut akan memberikan sumbangan terhadap teknik gerakan yang benar, yaitu dimulai dari awal sampai akhir gerakan, sehingga kemampuan tersebut akan memberikan sumbangan terhadap keberhasilan tugas-tugas selanjutnya. Kemampuan motorik merupakan kemampuan yang penting di dalam kehidupan sehari-hari maupun di dalam Pendidikan Jasmani, agar siswa terampil dalam melakukan aktivitas fisik. Kemampuan motorik sebaiknya diketahui sedini mungkin agar pertumbuhan dan perkembangan anak dapat termonitor dan dapat dikoordinasi dengan baik. istilah kemampuan akan digunakan sesuai dengan maknanya di bidang psikologi yang melibatkan studi tentang perbedaan individu. Orang yang mempelajari perbedaan individu berkaitan dengan identifikasi dan pengukuran kemampuan yang menjadi ciri dan membedakan individu. Psikolog perbedaan individu juga menyelidiki hubungan

antara kemampuan dan kinerja serta pembelajaran keterampilan. Dalam konteks ini, istilah kemampuan berarti sifat umum atau kapasitas individu yang merupakan karakteristik yang relatif abadi yang berfungsi sebagai penentu potensi pencapaian seseorang untuk kinerja keterampilan tertentu. Ketika istilah kemampuan motorik digunakan dalam konteks ini, ini merujuk pada kemampuan yang secara spesifik terkait dengan kinerja keterampilan motorik. Penting untuk dicatat bahwa beberapa peneliti dan praktisi menggunakan istilah seperti "kemampuan psikomotorik" dan "kemampuan motorik perseptual" untuk merujuk pada apa yang disebut kemampuan motorik menurut Anderson, David (2014).

Dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik adalah kemampuan gerak dasar atau kualitas hasil gerak yang berasal dari dalam ataupun luar diri anak untuk membentuk pada keterampilan gerak rendah yang dapat ditingkatkan melalui latihan. Kemampuan tersebut ada yang dibawa sejak lahir dan ada yang karena belajar dengan tekun.

3. Jenis – Jenis Kemampuan Motorik

Dalam kemampuan motorik ada berbagai macam jenis-jenisnya. Menurut Stephen dalam Badeni (2013: 14) telah mengkonfirmasi beberapa jenis kemampuan dalam diri seseorang yaitu:

a) Kemampuan Intelektual

Kemampuan intelektual adalah kemampuan yang diperlukan untuk melakukan aktivitas-aktivitas mental. Contoh tes IQ (*Intelligent quotient*) digunakan untuk menjelaskan seberapa tingkat kemampuan-kemampuan intelektual umum. Ada 7 dimensi kemampuan intelektual, yaitu *number aptitude, verbal comprehension, perceptual speed, inductive reasoning, spatial visualization memory*.

b) Kemampuan Fisik

Kemampuan intelektual lebih besar melakukan peran pada pekerjaan-pekerjaan rumit yang meminta berbagai persyaratan pemrosesan informasi sementara kemampuan fisik lebih banyak diperlukan pada aktivitas atau tugas-tugas yang meminta stamina, kecekatan, kekuatan, dan keterampilan atau bakat-bakat sejenis. Setiap orang memiliki kemampuan fisik dan tingkat stamina yang berbeda-beda. Setiap pekerjaan memperhatikan persyaratan kemampuan tertentu sesuai dengan tuntutan yang diminta oleh pekerjaan yang berhubungan.

4. Pengertian Motorik

Perkembangan motorik manusia mengalir dari kepala ke kaki, dari pusat ke pinggiran, dan dari otot besar ke otot kecil, dan memungkinkan anak mengendalikan lingkungan hidup. Kegiatan motorik menciptakan peluang untuk belajar konsep kognitif dan membuat anak-anak menikmati gerakan (Gilbert, 2011). Motorik berasal dari kata “motor” yang merupakan suatu dasar biologis atau mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerak. Dengan kata lain, gerak (*movement*) adalah kulminasi dari suatu tindakan yang didasari oleh proses *gerak motorik*. Menurut Yulianto (2010:5) yang dimaksud motorik kasar ialah segala sesuatu yang ada hubungannya dengan gerakan-gerakan tubuh. Ada tiga unsur dalam perkembangan motorik pada manusia, yaitu : OTOT--- SARAF--- OTAK , berdasarkan unsur ini bentuk perilaku gerak yang dimunculkan terbagi menjadi dua bentuk yaitu :motorik kasar (melibatkan otot-otot besar, saraf dan otak) dan motorik halus (melibatkan otot-otot kecil, saraf dan otak). Ketiga unsur melaksanakan masing-masing perannya secara interaksi positif artinya unsur yang satu saling berkaitan, saling menunjang, saling melengkapi dengan unsur lainnya untuk mencapai kondisi motorik yang lebih sempurna keadaannya. Kemampuan gerak kasar pada perkembangan motorik menurut Depdiknas (2007:3) antara lain :

a. Kemampuan gerak lokomotor

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

b. Kemampuan gerak non-lokomotor

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

c. Kemampuan gerak manipulatif

Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan. Manipulatif objek jauh lebih unggul dari pada koordinasi mata kaki dan mata tangan, yang mana koordinasi ini cukup penting untuk proses berjalan dalam ruang gerak. Bentuk-bentuk kemampuan manipulatif terdiri dari : gerakan menerima (menangkap) objek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola karena dalam menangkap bola membutuhkan konsentrasi.

a) Motorik Kasar

I. Pengertian Motorik Kasar

Menurut Sujiono (2010: 1.13) motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Oleh karena itu, biasanya mengutamakan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar. Pengembangan motorik kasar juga mementingkan koordinasi kelompok otot-otot tertentu yang dapat membuat mereka dapat melompat, memanjat, berlari, menaiki sepeda roda tiga, serta berdiri dengan satu kaki. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak.

Aktivitas motorik kasar adalah keterampilan gerak atau gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya. Keterampilan motorik kasar meliputi pola lokomotor (gerakan yang menyebabkan perpindahan

tempat) seperti berjalan, berlari, menendang, naik turun tangga, melompat, meloncat dan sebagainya. Juga keterampilan menguasai bola seperti melempar, menendang, dan memantulkan bola menurut Rahyubi (2012: 222).

Menurut Decaprio (2013: 18) motorik kasar adalah gerakan tubuh yang melibatkan otot-otot besar atau sebagian besar otot yang ada dalam tubuh maupun seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan diri. Pembelajaran motorik kasar yang diadakan disekolah merupakan pembelajaran gerakan fisik yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi anggota tubuh, sebagian, atau seluruh anggota tubuh. Contohnya berlari, berjalan, melompat, menendang, berlari.

Motorik kasar membentuk gerakan yang terjadi karena adanya koordinasi otot-otot besar, seperti berjalan dan melompat menurut Hurlock (dalam Apriani, 2014). Motorik kasar membuat kemampuan anak saat beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besarnya, seperti nonlokomotor, lokomotor, dan manipulatif. Nonlokomotor ialah aktivitas gerak tanpa harus menggerakkan tubuh ketempat lain, contoh: meregang, melipat, mendorong, menarik, dan membungkuk. Lokomotor ialah aktivitas gerak menggerakkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain, contoh: jalan, lari, lompat, loncat, jingkat dan lompat tali (*skipping*). Manipulatif ialah aktivitas gerak memanipulasi benda, contoh: melempar, menggiring, menangkap dan menendang (Sukamti 2018).

Dengan demikian kemampuan motorik kasar adalah sesuatu kesanggupan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum yang mendasari tingkat penampilan yang baik atau tingkat kemampuan gerak (*motor ability*) akan mencerminkan

tingkat gerak seseorang dalam mendalami sesuatu gerakan secara kualitas dan kuantitas yang baik.

b) Motorik Halus

II. Pengertian Motorik Halus

Motorik halus atau gerak halus secara khusus dilakukan oleh otot-otot yang ukurannya lebih kecil ada pada jari-jari tangan dan lengan, sehingga akan menghasilkan gerakan pada jari-jari kaki dan jari-jari tangan menurut Sujiono (2012: 1.14). Untuk itu gerak halus bisa berupa aktivitas seperti menggambar, menulis, menggenggam dan memainkan alat musik. Kemampuan motorik halus adalah kemampuan yang berhubungan dengan keterampilan fisik yang melibatkan otot kecil dan koordinasi mata-tangan. Menurut Hurlock (dalam Noorlaila 2010: 50) melalui ketrampilan motorik, anak dapat menghibur dirinya dan memperoleh perasaan senang. Melalui perkembangan motorik, anak dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekolah. Pada usia pra sekolah, anak sudah dapat dilatih menulis, menggambar, melukis, dan berbaris. Perkembangan motorik halus merupakan kemampuan dalam melakukan gerakan yang melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu dan dilakukan oleh otot-otot kecil, tetapi memerlukan koordinasi yang cermat seperti mengamati sesuatu, menjimpit, dan menulis (Noorlaila (2010: 62).

Kecerdasan motorik halus pada setiap anak berbeda-beda, dalam hal kekuatan maupun ketepatannya. Perbedaan ini juga dipengaruhi oleh lingkungan maupun orang tua. Di setiap fase, anak membutuhkan rangsangan untuk mengembangkan kemampuan mental dan motorik halus, semakin banyak

motorik halusnya, semakin banyak melihat, mendengar maka semakin banyak yang ingin diketahuinya, jika kurang mendapat rangsangan maka anak akan cenderung cepat bosan.

Memacu kemampuan anak beraktivitas dengan memakai otot-otot halus (kecil), seperti menulis, meremas, menggenggam, menyusun balok, dan memasukkan kelereng ke lobang (Sukamti 2018). Gerakan ini pada dasarnya berkembang menyertai gerakan refleks yang telah dimiliki dan disempurnakan melalui proses berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang.

5. Unsur-Unsur Kemampuan Motorik

Kemampuan-kemampuan yang terdapat dalam kemampuan keterampilan fisik yang dapat di rangkum menjadi lima komponen, yaitu: kekuatan, kecepatan, keseimbangan, koordinasi dan kelincahan yang membentuk unsur-unsur dalam kemampuan motorik. Adapun kemampuan motorik menurut Toho dan Gusril (dalam Yanuar 2010: 10) , yaitu:

1. Kekuatan

Kekuatan adalah kemampuan sekelompok otot untuk mengeluarkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dipunyai oleh anak sejak usia dini. Apabila anak tidak memiliki kekuatan otot tentu dia tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang memerlukan fisik seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung, dan mendorong.

2. Koordinasi

Koordinasi adalah kemampuan untuk menyatukan atau memisahkan dalam satu tugas kerja yang kompleks. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi

meliputi kesempurnaan waktu antara otot dan sistem syaraf. Anak dalam melaksanakan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlibat. Anak dikatakan baik koordinasi gerakannya apabila ia mampu bergerak mudah dan lancar dalam rangkaian dan irama geraknya terkontrol dengan baik.

3. Kecepatan

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

4. Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan dibagi 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.

5. Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengatur kembali arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak pada satu titik ke titik lain dalam melaksanakan lari zig-zag, semakin cepat waktu yang ditempuh maka semakin tinggi kelincahanannya. Keterampilan gerak sangat berhubungan dengan unsur kebugaran jasmani.

Tiap orang mempunyai kelebihan dan kekurangan dalam memperoleh komponen-komponen kemampuan motorik. bagaimanapun juga, faktor yang berasal dari dalam diri dan luar selalu memiliki pengaruh.

Unsur-unsur kemampuan motorik akan semakin terlatih apabila seseorang semakin banyak mengalami berbagai pengalaman aktivitas gerak yang bermacam-macam.

6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik

Dalam kemampuan motorik ada berbagai macam faktor-faktornya Menurut Soetjiningsih (2012: 2) faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak yaitu:

i. Faktor Genetika

Faktor genetika merupakan modal dasar dalam terlaksana hasil akhir proses tumbuh kembang anak.

ii. Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan faktor yang sangat menentukan terlaksana atau tidaknya potensi bawaan. Faktor lingkungan ini secara garis besar dibagi menjadi:

- (1) Faktor lingkungan yang mempengaruhi anak pada waktu masih dalam kandungan (faktor pranatal), antara lain: (a) gizi ibu pada waktu hamil; (b) mekanis; (c) toksin/zat kimia; (d) endokrin; (e) radiasi; (f) infeksi; (g) stres; (h) imunitas; (i) anoksia embrio.
- (2) Faktor lingkungan yang mempengaruhi tumbuh kembang anak setelah lahir (faktor postnatal), antara lain:
 - (a) Lingkungan biologis, antara lain: (1) ras/suku bangsa; (2) jenis kelamin; (3) umur; (4) gizi; (5) perawatan kesehatan; (6) kepekaan terhadap penyakit; (7) penyakit kronis; (8) fungsi metabolisme; (9) hormon.
 - (b) Faktor fisik, antara lain: (1) cuaca, musim, keadaan geografis suatu daerah; (2) sanitasi; (3) keadaan rumah; (4) radiasi.
 - (c) Faktor psikososial, antara lain (1) stimulasi; (2) motivasi belajar; (3) ganjaran ataupun hukuman yang wajar; (4) kelompok sebaya; (5) stres; (6) sekolah; (7) cinta dan kasih sayang; (8) kualitas interaksi anak-orang tua.

- (d) Faktor keluarga dan adat istiadat, antara lain: (1) pekerjaan/pendapatan keluarga; (2) pendidikan ayah/ibu; (3) jumlah saudara; (4) jenis kelamin dalam keluarga; (5) stabilitas dalam rumah tangga; (6) kepribadian ayah/ibu; (7) adat-istiadat, norma-norma, tabu-tabu; (8) agama; (9) urbanisasi; (10) prioritas kepentingan anak, anggaran, dan lain-lain.

7. Fungsi Kemampuan Motorik

Tujuan dan fungsi kemampuan motorik sangat beragam. Menurut Mutohir dan Gusril (2004: 51) (dalam Elynora 2012: 14). Fungsi utama kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kemampuan setiap individu yang berguna untuk daya kerja. Menurut Sukanti (2018) menyatakan meskipun dalam aspek yang lebih luas perkembangan motorik mengikuti pola yang serupa untuk semua orang, dalam rincian pola tersebut terjadi perbedaan individu tersebut mencapai tahap yang berbeda. Sebagian kondisi tersebut mempercepat laju perkembangan motorik, sedangkan sebagian lagi memperlambatnya. Berikut ini kondisi yang memiliki dampak paling besar terhadap laju perkembangan motorik antara lain:

- a. Sifat dasar genetika, 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 pascalahir, 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 keehatan dan gizi yang baik pada awal kehidupan pascalahir akan mempercepat perkembangan motorik.

- f. Anak yang IQ tinggi menunjukkan perkembangan yang lebih cepat dibandingkan anak yang IQ nya normal atau dibawah normal
- g. Adanya rangsangan, dorongan dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.
- h. Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik.
- i. Karena rangsangan dan dorongan yang lebih banyak dari orang tua, maka perkembangan motorik anak yang pertama cenderung lebih baik ketimbang perkembangan motorik anak yang lahir kemudian
- j. Kelahiran sebelum waktunya biasanya memperlambat perkembangan motorik karena 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.

Kualitas motorik terlihat dan seberapa jauh anak tersebut mampu melihatkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu. Dengan demikian kemampuan motorik yang baik tentu individu memiliki landasan untuk menguasai tugas keterampilan motorik khusus. Semua unsur-unsur kemampuan motorik dapat dikembangkan melalui aktivitas olahraga, dan aktivitas bermain yang melibatkan kerja otot. Semakin banyak anak bergerak unsur-unsur motorik anak semakin terlatih dengan banyaknya pengalaman motorik yang dilakukan maka akan menambah kematangan dalam melakukan aktivitas motorik.

8. Karakteristik Siswa Kelas 7

Salah satu karakteristik anak usia sekolah menengah pertama (SMP) menurut Desmita (2009: 36) yang dikutip oleh Rini dan Setiowati (2019) adalah mempunyai reaksi dan ekspresi emosi yang masih labil, sehingga siswa sangat mudah terpengaruh oleh temannya untuk tidak berperilaku sesuai dengan

peraturan atau norma yang berjalan di lingkungannya dan cemas apabila ia dijauhi oleh temannya.

Menurut Sumanto (2014: 82), bahwa pada tahap ini anak usia 13 tahun termasuk kedalam tahap pra-operasional yaitu remaja berpikir dengan cara yang lebih abstrak, logis, dan lebih idealis. Seorang pendidik mampu mengerti perubahan karakteristik siswa yang berbeda-beda. Pada usia ini siswa diberikan waktu dan tidak boleh memaksakan, karena emosi nak pada usia ini tidak stabil. Di masa remaja awal ini merupakan suatu periode unik dan khusus yang ditandai dengan perubahan-perubahan perkembangan yang terjadi dalam tahap-tahap lain dalam rentang kehidupan. Pada puncak pertumbuhan otot dan tulang terjadi gangguan keseimbangan.

Dapat disimpulkan bahwa pertumbuhan dan perkembangan siswa memiliki kecenderungan lebih kuat dan banyak memperoleh pengalaman untuk menyelesaikan diri dengan tugas gerak yang selalu dihadapi. Perkembangan jasmani siswa akan menentukan baik buruknya kemampuan motorik siswa.

9. Kelas Khusus Olahraga (KKO)

Salah satu upaya yang dilakuka dalam meningkatkan pembinaan olahraga adalah pembentukan kels khusus olahraga di sekolah. Sekolah merupakan salah satu dasar pembinaan dan pengembangan olahraga. Pembinaan olahraga sekolah adalah upaya terobosan untuk meningkatkan akselerasi dan mengejar ketinggalan pembinaan dan pembibitan olahraga prestasi. Menurut Ditjen Dikdasmen (2010) tujuan pembentukan kelas khusus olahraga (a) mengembangkan bakat dan minat siswa dalam bidang olahraga, (b) meningkatkan mutu akademis dan prestasi

olahraga (c) meningkatkan kemampuan kompetisi secara sportif, (d) meningkatkan kemampuan sekolah dalam pembinaan dan pengembangan kegiatan olahraga, (e) meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani, dan (f) meningkatkan mutu pendidikan sebagai bagian pembangunan karakter.

Kelas Khusus Olahraga tidak hanya sekedar menyalurkan minat dan bakat siswa dalam bidang olahraga, namun juga mendorong siswa untuk berprestasi dibidang olahraga. Seperti halnya tercantum dalam Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional, maka program Kelas Khusus Olahraga bukan hanya sekedar “Olahraga Pendidikan” yaitu pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian dari proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, ketrampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani, namun merupakan “Olahraga Prestasi yakni olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Pembinaan untuk mencapai prestasi yang optimal dimulai dari tingkat bawah dan melalui perencanaan yang matang. Di Daerah Istimewa Yogyakarta sendiri sudah ada pembinaan prestasi yang dimulai dari tingkat SMP melalui kelas Khusus Olahraga (KKO), sekolah di Yogyakarta yang sudah menyelenggarakan KKO di antaranya: SMP N 1 Kalasan, SMP N 2 Tempel, SMP N 13, dan SMP Kretek.

10. Karakteristik SMP N 13 Yogyakarta

Untuk pembahasan penelitian ini mengarah ke siswa SMP, Sekolah Menengah Pertama merupakan jenjang pendidikan dasar pada pendidikan formal di Indonesia setelah lulus Sekolah Dasar. Sekolah Menengah pertama ditempuh dalam waktu 3 tahun mulai dari kelas 7 sampai kelas 9, siswa menengah pertama pada umumnya berusia 13-15 tahun. Sekolah menengah pertama diselenggarakan oleh pemerintah maupun swasta, untuk sekolah tertentu terdapat kelas unggulan atau kelas khusus yang menampung siswa-siswa berprestasi seperti kelas khusus olahraga (KKO).

Salah satu tempat atau wadah bagi pembinaan kemampuan dini atlet-atlet yang berprestasi untuk keseimbangan kegiatan akademik dan prestasi olahraga yaitu kelas khusus olahraga di SMP N 13 Yogyakarta. Pembinaan dan pengawasan keseimbangan kegiatan akademik dan prestasi olahraga untuk atlet-atlet sejak dini sangat penting bagi kelangsungan keseimbangan akademik dan prestasi olahraga untuk atlet-atlet dikemudian hari. Di kelas khusus olahraga kelas 7 terdapat beberapa cabang olahraga yang terdiri dari :cabang olahraga panahan yaitu cabang olahraga yang menggunakan alat seperti busur dan anak panah cabang olahraga di sekolah ini untuk kegiatan jam ke nol dengan latihan fisik yang berada di area tepi lapangan dan sudah di program oleh pelatihnya , cabang olahraga sepak bola yaitu cabang olahraga yang terdiri dari 11 pemain dan menggunakan bola yang terbuat dari kulit untuk kegiatan jam ke nol cabang olahraga ini menggunakan area lapangan yang berada di depan sekolah dengan kegiatan sudah di program oleh pelatihnya, cabang olahraga karate yaitu seni bela diri yang berasal dari Jepang untuk kegiatan jam ke nol cabang olahraga ini

menggunakan area aula atau lintasan tepi lapangan dengan program yang sudah diberikan oleh pelatihnya, cabang olahraga taekwondo adalah seni bela diri yang berasal dari Korea cabang olahraga ini kegiatan jam ke nol menggunakan area aula belakang sekolah dengan program yang sudah diberikan oleh pelatihnya, cabang olahraga senam yaitu cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan yang membutuhkan kekuatan kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur kegiatan jam ke nol cabang olahraga ini yaitu menggunakan area tepi lapangan atau aula yang berada disekolah, cabang olahraga pencak silat yaitu seni bela diri yang berasal dari Indonesia cabang olahraga ini menggunakan area aula sekolah atau tepi lapangan dengan program yang sudah diberikan oleh pelatihnya, cabang olahraga bulutangkis yaitu permainan yang menggunakan raket dan kok kegiatan jam ke nol cabang olahraga ini menggunakan area gor yang sudah ditentukan oleh pelatihnya, cabang olahraga bola voli yaitu dimainkan oleh 6 orang pemain dan menggunakan net dan bola voli untuk kegiatan jam ke nol cabang olahraga ini menggunakan lapangan voli yang berada di depan sekolah dengan program yang sudah diberikan oleh pelatihnya. Kelas khusus olahraga di SMP N 13 Yogyakarta ini setiap tahunnya terdapat kegiatan *try out* ke luar kota yang dibiayai oleh Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta, jadi siswa bisa berlatih tanding dengan kelas olahraga yang berada di lain luar Kota Yogyakarta.

Untuk kelas khusus olahraga pelajaran akademik siswanya sama dengan kelas reguler lainnya tetapi terdapat jam khusus siswa untuk mengembangkan bakat minat olahraganya pada hari yang sudah dijadwalkan oleh sekolah. Pada umumnya siswa reguler masuk jam 07.00 atau jam ke 1, tetapi untuk kelas khusus

olahraga waktu masuknya lebih awal yaitu pada jam ke nol atau pukul 06.00 sampai jam ke 2 atau pukul 08.00. Jam masuk Kelas Khusus Olahraga pada jam kedua setelah itu dilanjutkan dengan pelajaran seperti kelas reguler lainnya, Kelas khusus olahraga di Daerah Istimewa Yogyakarta ini terdapat di SMP N 13 Yogyakarta itu menyaring siswa baru dengan kemampuan prestasi olahraga dan akademik siswanya.

Melihat permasalahan-permasalahan yang sudah diuraikan, maka peneliti ingin melakukan sebuah penelitian terkait kemampuan motorik kasar pada siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian di bawah ini merupakan penelitian yang relevan terkait dengan kemampuan motorik kasar pada siswa KKO kelas 7 yaitu sebagai berikut :

1. Tria Purwanti (2015), yang berjudul “ Tingkat kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 1 Kretek Bantul Yogyakarta “ peneliti ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Kretek Bantul dengan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan data menggunakan tes untuk mengukur kemampuan motorik, yang terdiri dari 6 item tes yaitu: *standing board jump, softball throw, zig-zag run, wall pass, medicine ball-put, dan lari 60 yard.* teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan presentase. Diperoleh hasil 4 peserta didik (5.13%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 18 peserta didik (23.08%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 35 peserta didik (44.87%) mempunyai kemampuan motorik

sedang, 17 peserta didik (21.79%) mempunyai kemampuan motorik baik dan 4 peserta didik (5.13%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali.

2. Kornalius (2016), yang berjudul “ Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SMP Negeri 2 Godean Sleman Yogyakarta” yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SMP Negeri 2 Sleman Yogyakarta. Dengan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif presentase dengan hasil berada pada kategori sangat tinggi 2 siswa (11,11%), berada pada kategori tinggi sebanyak 3 siswa (16,67%), berada pada kategori sedang sebanyak 6 siswa (33,33%), berada pada kategori kurang sebanyak 5 siswa (27,78%), dan berada pada kategori sangat kurang sebanyak 2 siswa (11,11%). SMP Negeri 2 Godean Sleman Yogyakarta mayoritas berada pada kategori sedang (33,33%).

C. Kerangka Berfikir

Kemampuan motorik kasar merupakan gerakan fisik atau aktivitas yang melibatkan otot-otot besar seperti otot kaki untuk melakukan gerakan. Kemampuan motorik kasar berkembang dengan sangat baik jika pendidik dan keluarga dapat memahami prinsip perkembangan motorik kasar. Prinsip perkembangan motorik kasar yaitu perkembangan sel syaraf, kematangan sel syaraf, perkembangan motorik mengikuti pola, norma perkembangan motorik dan laju perkembangan motorik.

Kemampuan motorik kasar anak yang satu berbeda dengan anak yang lainnya, bertambahnya usia maka kemampuan motorik kasar anak akan mengalami peningkatan dimulai dengan melakukan gerakan sederhana ke arah gerakan yang lebih terkoordinasi. Tingkat kemampuan motorik kasar yang berbeda-beda memainkan peran yang berbeda pula pada anak dalam menyesuaikan diri di lingkungannya. Kelas khusus olahraga kemampuan motoriknya perlu diukur dengan seksama karna siswa tersebut akan terjun di dunia olahraga yang biasanya menggunakan fisik berat.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan adalah survei dengan teknik tes pengukuran untuk mendapatkan data. Penelitiannya tidak menggunakan hipotesis dan dilaksanakan di SMP N 13 Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kemampuan motorik kasar pada siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta.

B. Diskripsi, Lokasi, Subjek, dan Waktu Pelaksanaan Penelitian

Diskripsi, lokasi, subjek, dan waktu pelaksanaan penelitian dengan judul Tingkat Kemampuan Motorik Kasar pada Siswa KKO Kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta sebagai berikut :

1. Lokasi penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Minggiran Mantrijeron depan SMP N 13 Yogyakarta, Jl. Minggiran, Suryodiningratan, Kec Mantrijeron, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55141.

2. Subjek penelitian

Subjek penelitian adalah subjek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti. Subjek penelitian dalam skripsi ini adalah siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta. Pemilihan subjek penelitian tersebut dipilih oleh peneliti untuk memperoleh jawaban dari permasalahan yang ada.

3. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada hari Jumat, 28 Februari 2020, pada jam pelajaran pertama dan kedua yaitu pukul 07.30-09.00 WIB.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Keseluruhan subjek penelitian disebut populasi menurut Arikunto, S. (2010: 173). Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada di wilayah penelitian, maka penelitian ini merupakan penelitian populasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta yang berjumlah 28 siswa.

2. Sampel Penelitian

Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *total sampling* atau disebut sebagai penelitian populasi, jadi sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta dengan jumlah 28 siswa.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta. Kemampuan siswa dalam melakukan tes kemampuan motorik yang meliputi *standing broad jump*, *soft ball throw*, *zig-zag run*, *wall pass*, *medicine ball put*, dan *lari 60 yard dash*. Kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 SMP N 13 Yogyakarta diukur dengan *Borrow Motor Ability Test* yang dikutip oleh Nurhasan (2004: 6.8).

E. Instrumen Penelitian

Salah satu langkah penting dalam sebuah penelitian merupakan instrumen. Instrumen berfungsi sebagai alat bantu dalam mengumpulkan data yang diperlukan dalam sebuah penelitian. Instrumen penelitian ini menggunakan instrumen berupa tes kemampuan motorik kasar siswa adapun instrumen yang digunakan oleh Nurhasan (2004: 6: 8) adalah *Borrow Motor Ability* yang meliputi *standing broad jump, soft ball throw, zig-zag run, wall pass, medicine ball put, dan lari 60 yard dash (50 m)*. Petunjuk pelaksanaan tes penelitian diuraikan dibawah ini :

a. *Standing Broad Jump*

Tujuan : Mengukur power otot tungkai

Alat : Pita ukur, bak pasir, bendera juri

Pelaksanaan : Orang coba berdiri pada papan tolak dengan lutut ditekek sampai membentuk sudut $\pm 45^\circ$ kedua lengan harus di belakang. Kemudian orang coba menolak ke depan dengan kedua kaki sekuat-kuatnya dan mendarat dengan kedua kaki, orang coba diberi kesempatan 3 (tiga) kali percobaan.

Skor : Jarak lompatan terbaik yang diukur mulai dari papan tolak sampai batas tumpuan kaki/badan yang terdekat dengan papan tolak, dari 3 kali percobaan.

b. *Soft Ball Throw*

Tujuan : Mengukur power otot lengan

Alat : Bola soft ball, pita pengukur

Pelaksanaan : Subjek melemparkan bola soft ball sejauh mungkin dibelakang garis batas. Subjek diberi kesempatan melempar sebanyak 3 (tiga) kali lemparan.

Skor : Jarak lemparan yang terjauh dari ketiga lemparan

c. *Zig-zag Run*

Tujuan : Mengukur kelincahan gerak

Alat : *Stopwatch, cone* dan diagram

Pelaksanaan : Subjek berdiri di belakang garis start, bila ada aba-aba “ya” subjek lari secepat mungkin mengikuti arah panah sesuai diagram sampai batas finish, subjek diberi kesempatan 3 (tiga) kali percobaan. Gagal apabila subjek menggeserkan cone, tidak sesuai pada diagram tersebut.

Skor : catat waktu tempuh yang tercepat dari 3 kali percobaan.

d. *Wall Pass*

Tujuan : Mengukur koordinasi mata tangan

Alat : Bola basket, *stopwatch* dan tembok.

Pelaksanaan : Subjek berdiri di belakang garisbatas sambil memegang bola basket, bila ada aba-aba “ya’ maka subjek segera melakukan lempar tangkap ke dinding selama 15 detik.

Skor : Jumlah bola yan dapat dilakukan lempar tangkap selama 15 detik.

e. *Medicine Ball-Put*

Tujuan : Mengukur otot tangan

Alat : Bola *medicine* (6 pound), pita ukur, bendera juri

Pelaksanaan : Subjek berdiri di belakang garis sambil memegang bola didepan dada dengan badan $\pm 45^\circ$. Kemudian bola didorong ke depan secepat dan sekuat mungkin sebanyak 3 (tiga) kali lemparan.

Skor : Jarak lemparan yang terjauh dari 3 (tiga) kali lemparan.

f. Lari 60 Yard Dash

Tujuan : mengukur kecepatan

Alat : *Stopwatch* dan lintasan lari berjarak 60 yard

Pelaksanaan : Subjek lari secepat mungkin dengan menempuh jarak 60 yard, subjek diberikan kesempatan ini hanya satu kali percobaan.

Skor : Waktu mulai aba-aba “ya” sampai subyek melewati garis finish.

Tabel 1. Hasil Uji Validitas

No	Komponen Tes	Nilai Validitas
1	<i>Standing Broad Jump</i>	0,774
2	<i>Soft ball Throw</i>	0,811
3	<i>Zig-Zag Run</i>	0,558
4	<i>Wall Pass</i>	0,460
5	<i>Medicine Ball Put</i>	0,761
6	<i>Lari 60 Yard Dash</i>	0,557

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas

NO	Komponen Tes	Nilai Reliabilitas
1	<i>Standing Broad Jump</i>	0,643
2	<i>Soft ball Throw</i>	0,626
3	<i>Zig-Zag Run</i>	0,729

4	<i>Wall Pass</i>	0,760
5	<i>Medicine Ball Put</i>	0,649
6	<i>Lari 60 Yard Dash</i>	0,729

F. Teknik Pengumpulan Data

- a. Mempersiapkan peralatan dan tempat yang akan digunakan untuk tes kemampuan motorik.
- b. Memberikan penjelasan kepada siswa tentang tes yang akan dilaksanakan.
- c. Memberikan pemanasan sebelum tes yang akan dilaksanakan.
- d. Selanjutnya siswa dibagi menjadi 3 kelompok, siswa secara bergantian melakukan tes sesuai dengan urutan yang dimulai dari power otot tungkai, power lengan, kelincahan, koordinasi mata dan tangan, power otot lengan dan kecepatan.

G. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif. Pada analisis data ini mencakup penggunaan angka-angka yang masih sederhana yaitu frekuensi dan presentase dari perhitungan data hasil observasi . dalam penelitian ini menyajikan data menggunakan grafik histogram dengan perhitungan presentase. Kategori tingkat keterampilan yang akan dihitung meliputi tes *standing broad jump*, *soft ball throw*, *zig-zag run*, *wall pass*, *medicine ball put*, dan *lari 60 yard dash (50 m)*. hasil kasar masing-masing tersebut dirubah dalam *T-Score*. Berikut rumus untuk mencari *T-Score*:

1. Rumus *T-Score* untuk tes *zig-zag run* dan *lari 60 yard dash*. Perhitungan dengan satuan waktu, semakin sedikit waktu yang dibutuhkan semakin bagus hasil yang diperoleh, untuk rumus *T-Score* sebagai berikut:

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

2. Rumus *T-Score* untuk tes *standing board jump*, *soft ball throw*, *wall pass*, dan *medicine ball put*. Perhitungan dengan satuan, semakin banyak angka satuan yang diperoleh maka semakin bagus hasil yang diperoleh. Untuk rumus *T-Score* sebagai berikut:

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

Keterangan:

X = Skor yang Diperoleh

M = Mean (rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Perhitungan *T-Score* dari keenam item tersebut dijumlahkan dan dibagi dengan jumlah item tes yang ada, hasil dari pembagian tersebut dijadikan dasar menentukan tingkat kemampuan motorik siswa. Tingkat kemampuan tersebut harus dibuatkan kategori penilaian, yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, kurang, sangat kurang menggunakan rumus sebagai berikut (Azwar, 2005: 108)

Tabel 3. Kategori Tingkat Kemampuan Motorik Siswa

Kelas Interval	Kategori
$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
$M - 0,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
$X \geq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

Keterangan:

X : Skor yang diperoleh

SD : Standar Deviasi

M : Mean

Untuk mengetahui jumlah masing-masing kategori kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta, menggunakan rumus presentase dari Sudijono (2010: 43). Adapun sebagai berikut.

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

P = Presentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Siswa

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini menggunakan analisis *T-score*, data tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta di dapatkan melalui tes *Borrow Moto Ability Tes* yang meliputi: 1) *Standing Board Jump*, 2) *Soft Ball Throw*, 3) *Zig-Zag Run*, 4) *Wall Pass*, 5) *Medicine Ball Put*, 6) *Lari 60 Yard Dash*. Tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta dikategorikan menjadi 5 yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, kurang, dan sangat kurang. Perkatagorian data didasarkan pada nilai *mean dan standar deviasi* hasil penghitungan. Data terlebih dahulu dibuat dalam bentuk *T-Score* untuk menyertakan data karena adanya perbedaan satuan hasil pengukuran. Hasil analisis data dalam penelitian ini meliputi kemampuan motorik dan masing-masing aspek tes kemampuan motorik. hasil penghitungan analisis data penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Keseluruhan Siswa KKO Kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta.

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	$\geq 358,81$	Sangat Tinggi	1	3,57
2	319,60 - 358,80	Tinggi	9	32,14
3	280,40 - 319,59	Sedang	9	32,14
4	241,19 - 280,39	Kurang	7	25,00
5	$\leq 241,18$	Sangat kurang	2	7,14
Jumlah			28	100

Berdasarkan tabel di atas, kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta secara keseluruhan untuk skor maksimal 63,56 dan untuk skor minimal 38,49. Diketahui bahwa pada kategori sangat tinggi terdapat 1 siswa (3,57%), pada kategori tinggi terdapat 9 siswa (32,14%), pada kategori sedang terdapat 9 siswa (32,14%), pada kategori kurang terdapat 7 siswa (25,00%), pada kategori sangat kurang terdapat 2 siswa (7,14%). Kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa KKO Kelas 7.

Berikut ini adalah hasil analisis data dari 6 jenis tes kemampuan motorik kasar siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta:

a) Komponen Power otot tungkai yang diukur dengan *Standing Broad Jump*

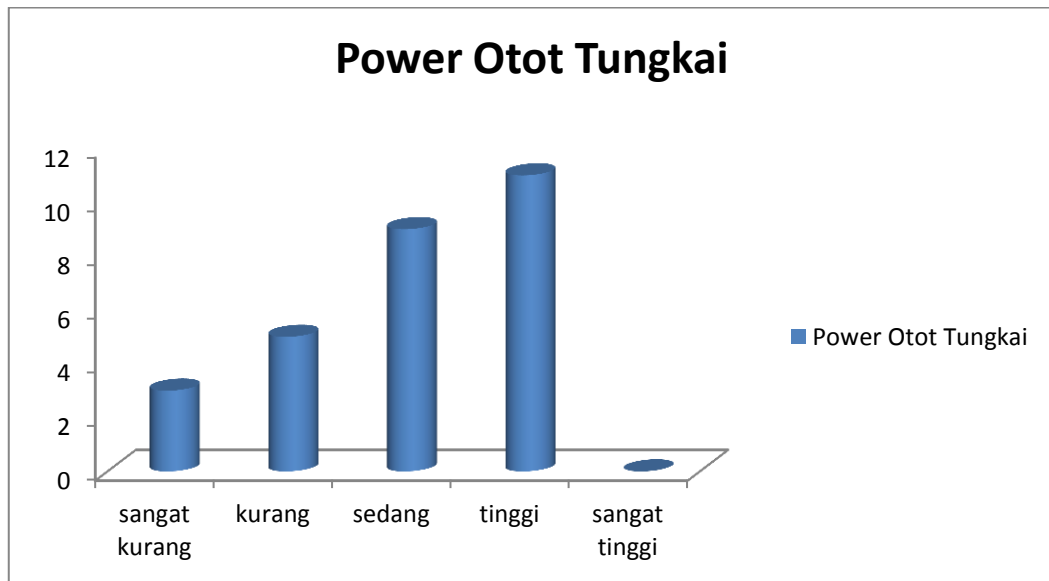
Berdasarkan dari tes *standing broad jump* diperoleh skor maksimal 64,62 skor minimal sebesar 30,50. Kemampuan *power otot tungkai* siswa KKO kelas 7

di SMP N 13 Yogyakarta dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, kurang, sangat kurang. Berdasarkan dari rumus yang telah ditentukan, maka diperoleh hasil analisis data kemampuan *power otot tungkai* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Kemampuan *Power Otot Tungkai*

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	≥ 65	Sangat Tinggi	0	0,00
2	55 - 64	Tinggi	11	39,29
3	45 - 54	Sedang	9	32,14
4	35 - 44	Kurang	5	17,86
5	≤ 34	Sangat kurang	3	10,71
Jumlah			28	100,00

Berdasarkan hasil tabel di atas maka dapat dijelaskan secara keseluruhan hasil dari kemampuan *power otot tungkai* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta secara keseluruhan diketahui bahwa pada kategori sangat tinggi terdapat 0 siswa (0.00%), pada kategori tinggi terdapat 11 siswa (39,29%), pada kategori sedang terdapat 9 siswa (32,14%), pada kategori kurang terdapat 5 siswa (17,86%), pada kategori sangat kurang terdapat 3 siswa (10,71%). Kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Kemampuan *Power Otot Tungkai*

b) Komponen *Power Otot Lengan dan bahu yang diukur dengan Soft Ball*

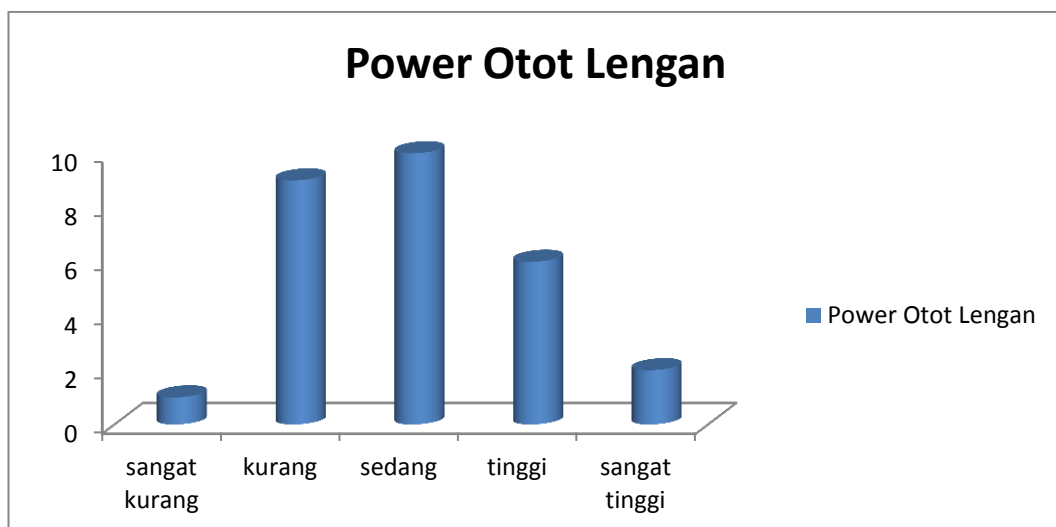
Throw

Berdasarkan dari tes *Soft Ball Throw* diperoleh skor maksimal 75,40 dan skor minimal 34,26. Kemampuan *power otot lengan dan bahu* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta. dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, kurang, sangat kurang. Berdasarkan dari rumus yang telah ditentukan, maka diperoleh hasil analisis data kemampuan *power lengan dan bahu* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Kemampuan *Power Otot Lengan dan Bahu*

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	≥ 65	Sangat Tinggi	2	7,14
2	55 - 64	Tinggi	6	21,43
3	45 - 54	Sedang	10	35,71
4	35 - 44	Kurang	9	32,14
5	≤ 34	Sangat kurang	1	3,57
Jumlah			28	100,00

Berdasarkan hasil tabel di atas maka dapat dijelaskan secara keseluruhan hasil dari kemampuan *power otot lengan dan bahu* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta secara keseluruhan diketahui bahwa pada kategori sangat tinggi terdapat 2 siswa (7.14%), pada kategori tinggi terdapat 6 siswa (21,43%), pada kategori sedang terdapat 10 siswa (35,71%), pada kategori kurang terdapat 9 siswa (31,14%), pada kategori sangat kurang terdapat 1 siswa (3,57%). Kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Kemampuan *Power Otot Lengan dan Bahu*

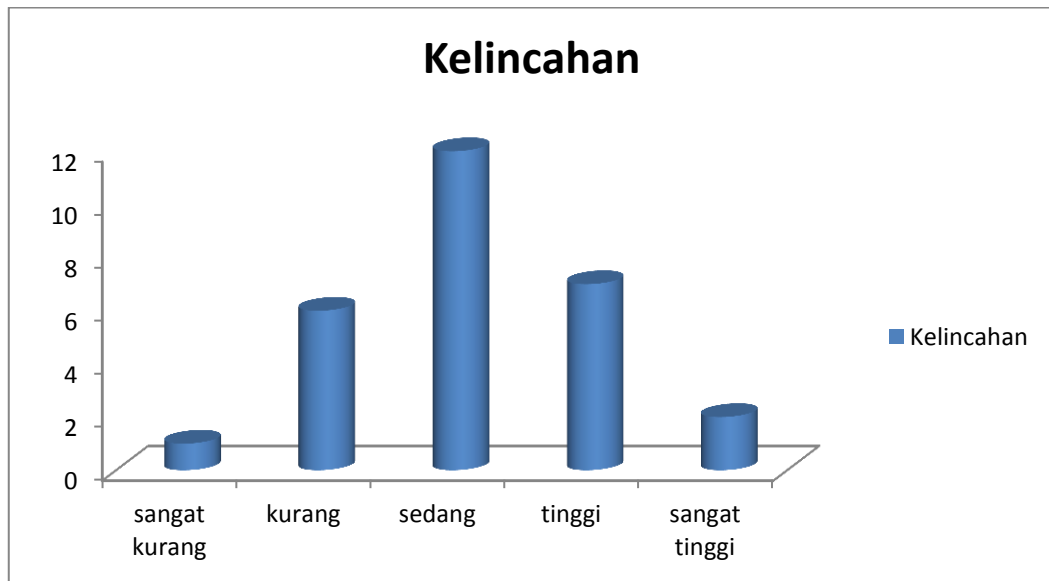
c) Kemampuan Kelincahan yang diukur dengan Zig-Zag Run

Berdasarkan dari tes *Zig-Zag Run* diperoleh skor maksimal 70,31 dan dengan skor minimal 32,85. Kemampuan *kelincahan* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta. dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, kurang, sangat kurang. Berdasarkan dari rumus yang telah ditentukan, maka diperoleh hasil analisis data kemampuan *kelincahan* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta sebagai berikut:

Tabel 7. Distribusi Kemampuan Kelincahan

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	≥ 65	Sangat Tinggi	2	7,14
2	55 - 64	Tinggi	7	25,00
3	45 - 54	Sedang	12	42,86
4	35 - 44	Kurang	6	21,43
5	≤ 35	Sangat kurang	1	3,57
Jumlah			28	100,00

Berdasarkan hasil tabel di atas maka dapat dijelaskan secara keseluruhan hasil dari kemampuan *kelincahan* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta secara keseluruhan diketahui bahwa pada kategori sangat tinggi terdapat 2 siswa (7.14%), pada kategori tinggi terdapat 7 siswa (25,00%), pada kategori sedang terdapat 12 siswa (42,86%), pada kategori kurang terdapat 6 siswa (21,43%), pada kategori sangat kurang terdapat 1 siswa (3,57%). Kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Kemampuan Kelincahan.

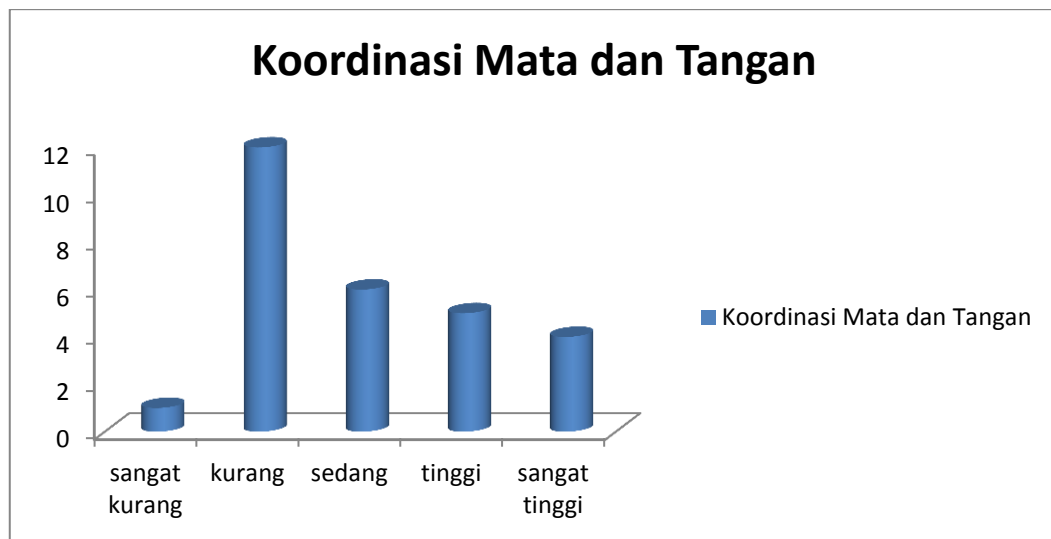
d) Kemampuan Koordinasi Tangan dan Mata yang diukur dengan Wall Pass

Berdasarkan dari tes *Wall Pass* diperoleh skor maksimal 65,99 dan skor minimal 29,29. Kemampuan *koordinasi tangan dan mata* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta. dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, kurang, sangat kurang. Berdasarkan dari rumus yang telah ditentukan, maka diperoleh hasil analisis data kemampuan *koordinasi tangan dan mata* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta sebagai berikut:

Tabel 8. Distribusi Koordinasi Mata dan Tangan

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	≥ 65	Sangat Tinggi	4	14,29
2	55 - 64	Tinggi	5	17,86
3	45 - 54	Sedang	6	21,43
4	35 - 44	Kurang	12	42,86
5	≤ 35	Sangat kurang	1	3,57
Jumlah			28	100,00

Berdasarkan hasil tabel di atas maka dapat dijelaskan secara keseluruhan hasil dari kemampuan *koordinasi mata dan tangan* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta secara keseluruhan diketahui bahwa pada kategori sangat tinggi terdapat 4 siswa (14,29%), pada kategori tinggi terdapat 5 siswa (17,86%), pada kategori sedang terdapat 6 siswa (21,43%), pada kategori kurang terdapat 12 siswa (42,86%), pada kategori sangat kurang terdapat 1 siswa (3,57%). Kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan

e) Kemampuan *Power Otot Lengan* yang diukur dengan *Medicine Ball-Put*

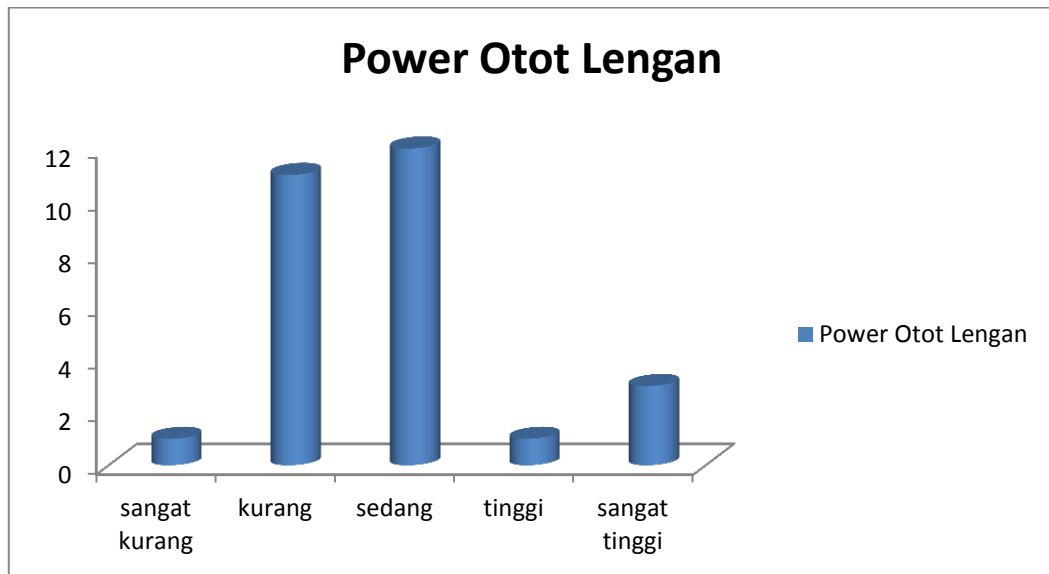
Berdasarkan dari tes *medicine ball-put* diperoleh skor maksimal 75,00 dan skor minimal 34,70. Kemampuan *power otot lengan* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta. dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi,

sedang, kurang, sangat kurang. Berdasarkan dari rumus yang telah ditentukan, maka diperoleh hasil analisis data kemampuan *power otot lengan* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta sebagai berikut:

Tabel 9. Distribusi Kemampuan *Power Otot Lengan*

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	≥ 65	Sangat Tinggi	3	10,71
2	55 - 64	Tinggi	1	3,57
3	45 - 54	Sedang	12	42,86
4	35 - 44	Kurang	11	39,29
5	≤ 35	Sangat kurang	1	3,57
Jumlah			28	100,00

Berdasarkan hasil tabel di atas maka dapat dijelaskan secara keseluruhan hasil dari kemampuan *kelincahan* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta secara keseluruhan diketahui bahwa pada kategori sangat tinggi terdapat 3 siswa (10,71%), pada kategori tinggi terdapat 1 siswa (3,57%), pada kategori sedang terdapat 12 siswa (42,86%), pada kategori kurang terdapat 11 siswa (39,29%), pada kategori sangat kurang terdapat 1 siswa (3,57%). Kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 6. Diagram Kemampuan *Power Otot Lengan*

f) Kemampuan Kecepatan yang diukur dengan *Lari 60 Yard Dash*

Berdasarkan dari tes *lari 60 yard dash* diperoleh skor maksimal 63,83 dan untuk skor minimal 11,86. Kemampuan *kecepatan lari 60 yard dash* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta. dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, kurang, sangat kurang. Berdasarkan dari rumus yang telah ditentukan, maka diperoleh hasil analisis data kemampuan kecepatan *lari 60 yard dash* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Kemampuan Kecepatan *Lari 60 Yard dash*

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	≥ 65	Sangat Tinggi	0	0,00
2	55 - 64	Tinggi	8	28,57
3	45 - 54	Sedang	16	57,14
4	35 - 44	Kurang	2	7,14
5	≤ 35	Sangat kurang	2	7,14
Jumlah			28	100,00

Berdasarkan hasil tabel di atas maka dapat dijelaskan secara keseluruhan hasil dari kemampuan *kecepatan lari 60 yard dash* siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta secara keseluruhan diketahui bahwa pada kategori sangat tinggi terdapat 0 siswa (0,00%), pada kategori tinggi terdapat 8 siswa (28,57%), pada kategori sedang terdapat 16 siswa (57,14%), pada kategori kurang terdapat 2 siswa (7,14%), pada kategori sangat kurang terdapat 2 siswa (7,14%). Kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 7. Kemampuan Kecepatan

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta dari *Borrow Motor Ability Tes* yang terdiri dari 6 tes antara lain: *Standing Broad Jump*, *Wall Pass*, *Zig-Zag Run*, *Soft Ball Throw*, *Medicine Ball-Put*, *Lari 60 Yard Dash*. Diperoleh hasil yang bervariasi. Untuk kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 terdapat 0 siswa (0,00%) mempunyai kemampuan motorik sangat tinggi, 11 siswa (39,29%) mempunyai kemampuan motorik tinggi, 9 siswa (32,14%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 5 siswa (17,86%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 3 siswa (10,71%) mempunyai kemampuan motorik sangat kurang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan motorik yang dimiliki siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta secara keseluruhan masuk dalam kategori tinggi.

Baik atau tidaknya kemampuan motorik seseorang bisa dilihat dari keberhasilannya menyelesaikan aktivitas atau tugas gerak. Oleh karena itu kemampuan gerak dari seseorang dipandang sebagai keberhasilan di dalam melakukan atau menampilkan tugas gerak. Perkembangan motorik masing-masing siswa sejalan dengan bertambahnya usia, namun masing-masing siswa mengalami pengalaman gerak yang berbeda-beda. Hal tersebut yang dapat mempercepat laju perkembangan motorik, namun juga bisa memperlambatnya. Ada kemungkinan bahwa makin baiknya pertumbuhan dan perkembangan akan berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang. Menurut Sukamti (2018) menyatakan meskipun dalam aspek yang lebih luas perkembangan motorik mengikuti pola yang serupa untuk semua orang, dalam rincian pola tersebut terjadi perbedaan

individu tersebut mencapai tahap yang berbeda. Sebagian kondisi tersebut mempercepat laju perkembangan motorik, sedangkan sebagian lagi memperlambatnya. Berikut ini kondisi yang memiliki dampak paling besar terhadap laju perkembangan motorik antara lain:

- m. Sifat dasar genetika, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan mempunyai pengaruh yang menonjol terhadap laju perkembangan motorik.
- n. Seandainya dalam awal kehidupan pasca lahir tidak ada hambatan kondisi lingkungan yang tidak menguntungkan, semakin aktif janin semakin cepat perkembangan motorik anak.
- o. Kondisi pralahir yang menyenangkan, khususnya gizi makanan sang ibu, lebih mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat pada masa pascalahir, ketimbang kondisi pralahir yang tidak menyenangkan.
- p. Kelahiran yang sukar, khususnya apabila ada kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik.
- q. Seandainya tidak ada gangguan lingkungan, maka keehatan dan gii yang baik pada awal kehidupan pascalahir akan mempercepat perkembangan motorik.
- r. Anak yang IQ tinggi menunjukkan perkembangan yang lebih cepat dibandingkan anak yang IQ nya normal atau dibawah normal
- s. Adanya rangsangan, dorongan dan kesempatan untuk menggerakan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.
- t. Perlindungan yang berlebihan akan melumpuhkan kesiapan berkembangnya kemampuan motorik.

- u. Karena rangsangan dan dorongan yang lebih banyak dari orang tua, maka perkembangan motorik anak yang pertama cenderung lebih baik ketimbang perkembangan motorik anak yang lahir kemudian
- v. Kelahiran sebelum waktunya biasanya memperlambat perkembangan motorik karena tingkat perkembangan bayi yang lahir tepat waktunya.
- w. Cacat fisik, seperti kebutaan akan memperlambat perkembangan motorik.
- x. Dalam perkembangan motorik, perbedaan jenis kelamin, warna kulit dan sosial ekonomi lebih banyak disebabkan oleh perbedaan motivasi dan pelatihan ketimbang anak karena perbedaan bawaan.

Adapun faktor yang mempengaruhi tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta, Berbeda porsi latihan fisik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta, dikarenakan siswa KKO ini terdiri dari beberapa atlet cabang olahraga yang berbeda-beda. Jadi semakin sering melakukan aktivitas gerak, maka unsur-unsur motoriknya akan terus terlatih dan akan menambah kematangan gerak motoriknya.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini penulis telah melakukan dengan semaksimal mungkin supaya hasil penelitian bisa berhasil dengan baik. Tetapi ada beberapa kekurangan dan kelemahan dalam penelitian ini, antara lain:

1. Faktor cuaca yang saat itu sudah mulai rintik hujan saat penelitian dilakukan pada jam 07.30-09.00.
2. Faktor lapangan yang saat itu bersamaan dengan sekolah yang lain.

3. Keterbatasan alat ukur tes kemampuan motorik sehingga menjadi penghambat pada saat melakukan penelitian.
4. Tidak diketahuinya kondisi siswa yang sebelum melaksanakan tes yang akan mempengaruhi hasil tes kemampuan motorik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta masuk dalam kategori tinggi, yaitu diperoleh 0 siswa (0,00%) mempunyai kemampuan motorik sangat tinggi, 11 siswa (39,29%) mempunyai kemampuan motorik tinggi, 9 siswa (32,14%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 5 siswa (17,86%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 3 siswa (10,71%) mempunyai kemampuan motorik sangat kurang.

Dari hasil tes kemampuan motorik kasar siswa didapatkan hasil 11 orang siswa dengan katagori tinggi, karena siswa tersebut menekuni cabang olahraga sepak bola dengan sample penelitian ini cabang olahraga sepak bola memiliki fisik yang bagus.

B. Implikasi Penelitian

Dengan diketahuinya tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta, hasil penelitian ini mempunyai implikasi bagi pihak-pihak yang terkait dengan kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta yaitu pelatih klub cabang olahraga masing-masing, guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

1. Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan dalam upaya mendapatkan informasi tentang tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta.
2. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang tingkat kemampuan motorik sehingga dapat digunakan sebagai motivasi agar siswa KKO kelas 7 di SMP N 13 Yogyakarta terus mengembangkan gerak motoriknya, sedangkan bagi guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, dan para pelatih cabang olahraga masing-masing siswa dapat dijadikan bahan evaluasi keberhasilan terhadap pembelajaran motorik yang dilakukan.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan diatas, terdapat beberapa saran yang perlu disampaikan, antara lain:

1. Bagi Guru Pendidikan Jasmani, agar dapat menjadikan acuan dalam mengetahui seberapa tingkat kemampuan motorik siswa KKO kelas 7 dalam memberikan aktivitas olahraga kepada siswa KKO.
2. Bagi Siswa, setelah mengetahui tingkat kemampuan motorik masing-masing siswa diharapkan dapat mengasah kemampuan gerak motoriknya dalam mencapai prestasi yang diharapkan.
3. Bagi Sekolah, diharapkan dapat memberikan aktivitas olahraga untuk siswa KKO kelas 7 yang lebih bisa mengacu dalam meningkatkan prestasi olahraga siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson David and Magill Richard (2011). *Ability and Motor Ability*. Motor Learning and Control Concepts and Applications. 52-56. New York: The McGraw Hill Companies.
- Saifuddin Azwar (2015). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pusaka Pelajar.
- Badeni (2013). *Kepemimpinan dan Perilaku Organisasi*. Bandung: ALFABET.
- Decaprio, Ricahrd (2013) *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Yogyakarta: Divapress.
- Depdiknas, (2007). *Permainan Berhiung di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Depdiknas.
- Fitriyatul, Aik (2013). Permainan “Bakiak Race” untuk Meningkatkan Motorik Kasar Anak Aus Hipoakif.
- Fallah, E., & Nourbakhsh, P (2015). *The Effect of Eight Weeks of Gymnastics Exercises on the Development of Gross Motor Skills of Five to Six years Old Girl*. European Online Journal of Natural and Social Sciences: Proceedings Vol. 4, No. 1.
- Gilbert, J. L.; Harte, H. A., & Patrick, C. (2011). *Purposeful play leads to school readiness*. Dimensions of Early Childhood, 39 (1), 29-37.
- Kreitner, Robert (2014). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Ssalemba 4.
- Milman Yusdi. 2010, *Pengertian Kemampuan*. [Blogspot.com/Pengertian Kemampuan.html](http://Blogspot.com/PengertianKemampuan.html).
- Noorlaila, Iva (2010). *Panduan Lengkap mengajar PAUD*. Yogyakarta: Pinus
- Nurhasan (2004). *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Depdiknas.
- Yhana Pratiwi dan Kristanto. M (2015). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar (Keseimbangan Tubuh) Anak Melalui Permainan Tradisional Engklek di Kelompok B Tunas Rimba II Tahun Ajaran 2014/2015. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. PAUDIA.
- Rahyubi, Heri (2012). *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Majalengka: Referens.
- Soetjiningsih (2012). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.

- Subkhi, Akhmad (2013). *Pengantar Teori dan Organisasi*. Jakarta: Prestasi Pustaka Raya.
- Sujiono, Bambang (2012). *Metode Pengembangan Fisik*. Tangerang Selatan: Univeritas terbuka
- Sujiono, Yuliani (2012) *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta
- Sukanti, Rini Endang (2018). *Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Undang-Undang Nomor 3 Keolahragaan Nasional 2005.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengajuan Pembimbing



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

Nomor : 13.b/POR/I/2020
Lamp. : 1 bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

20 Januari 2020

Yth. Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
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 : ITSNA ASYARA RIZKI
NIM : 16601241025
Judul Skripsi : TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA SISWA KKO
KELAS 7 DI SMPN 13 YOGYAKARTA

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 2. Kartu Bimbingan

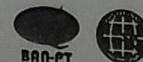
KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : ITSNA ASYARA RIZKI
 NIM : 16601241025
 Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
 Pembimbing : Dr. Hari Yulianto, M.Kes

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	30/1	Bab I, pahami pedoman TKS	
2.	3/2	Bab I-II, cari jurnal + referensi terbaru	
3.	5/2	Bab II	
4.	7/2	Bab III	
5.	21/2	Bab IV	
6.	24/2	Bab IV	
7.	26/2	Bab IV	
8.	2/3	Bab V	
9.	5/3	Bab V	
10.	12/3	Sendi bab	
11.	20/3	Abstract	
12.	29/3	Silahkan ya	

Ketua Jurusan POR,

Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO
 NIP. 196107311990011001



Lampiran 3. 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 : 148/UN34.16/PP.01/2020
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

20 Februari 2020

Yth . Kepala SMP N 13 YOGYAKARTA,
Jl. Minggiran, Suryodiningratan, Kec. Mantriweron, Kota Yogyakarta, DIY

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

Nama : Itsna Asyara Rizki
NIM : 16601241025
Program Studi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Pada Siswa KKO Kelas 7 Di SMP N 13 Yogyakarta
Waktu Penelitian : Jumat, 28 Februari 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.


Wakil Dekan Bidang Akademik,



Prof. Dr. Siswantoyo, S.Pd., M.Kes.
NIP. 19720310 199903 1 002

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

Lampiran 4. Surat Bukti Penelitian dari Sekolah

**PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA**
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 13
Minggiran Mantrijeron Yogyakarta Kota Kode Pos : 55141 Telp (0274) 371573 Fax (0274) 371573
EMAIL smpn13.yogyakarta@yahoo.com
HOT LINE SMS 08122780001 HOT LINE EMAIL upik@lojakarta.go.id
WEBSITE www.lojakarta.go.id

SURAT KETERANGAN PENELITIAN
NO : 070/098

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Orbantari Dwi Santosawati. SPd
NIP : 19701006 199601 2 001
Pangkat Golongan : Pembina / IV a
Jabatan : Kepala SMP Negeri 13 Yogyakarta

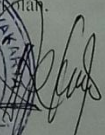
Menerangkan bahwa


Nama : Itsna Asyara Rizki
No. Mahasiswa : 16601241025
Prodi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi - S1
Fakultas : FIK
Univrsitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan penelitian pada :

Tanggal : 28 Februari 2020
Lokasi : SMP N 13, Jl. Minggiran baru, Mantrijeron, Yogyakarta
Judul : Tingkat kemampuan Motorik Kasar Pada Siswa KKO Kelas 7 Di
SMP N 13 Yogyakarta

Demikianlah Surat Keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 2 Maret 2020
Kepala Sekolah,

Orbantari Dwi Santosawati, SPd
NIP. 19701006 199601 2 001



Lampiran 5. Petunjuk Pelaksanaan Tes

PETUNJUK PELAKSANAAN TES

Standing Broad Jump

- Tujuan : Mengukur power otot tungkai
- Alat : Pita ukur, bak pasir, bendera juri
- Pelaksanaan : Orang coba berdiri pada papan tolak dengan lutut ditekuk sampai membentuk sudut $\pm 45^\circ$ kedua lengan harus dibelakang. Kemudian orang coba menolak ke depan dengan kedua kaki sekuat-kuatnya dan mendarat dengan kedua kaki, orang coba diberi kesempatan 3 (tiga) kali percobaan.
- Skor : Jarak lompatan terbaik yang diukur mulai dari papan tolak sampai batas tumpuan kaki/badan yang terdekat dengan papan tolak, dari 3 kali percobaan.

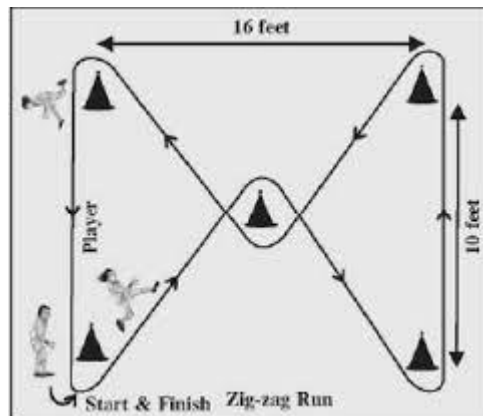
Soft Ball Throw

- Tujuan : Mengukur power otot lengan
- Alat : Bola soft ball, pita pengukur
- Pelaksanaan : Subjek melemparkan bola soft ball sejauh mungkin dibelakang garis batas. Subjek diberi kesempatan melempar sebanyak 3 (tiga) kali lemparan.
- Skor : Jarak lemparan yang terjauh dari ketiga lemparan

Zig-zag Run

- Tujuan : Mengukur kelincahan gerak

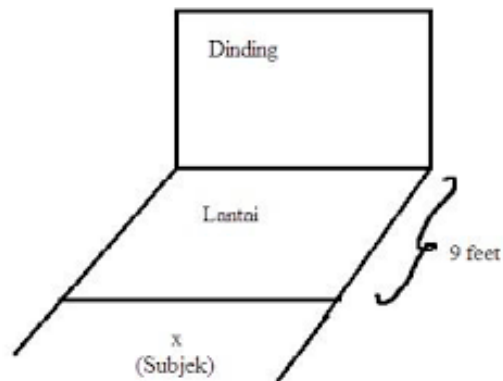
- Alat : Stopwatch, cone dan diagram
- Pelaksanaan : Subjek berdiri di belakang garis start, bila ada aba-aba “ya” subjek lari secepat mungkin mengikuti arah panah sesuai diagram sampai batas finish, subjek diberi kesempatan 3 (tiga) kali percobaan. Gagal apabila subjek menggeserkan cone, tidak sesuai pada diagram tersebut.
- Skor : catat waktu tempuh yang tercepat dari 3 kali percobaan.



➤

Wall Pass

- Tujuan : Mengukur koordinasi mata tangan
- Alat : Bola basket, stopwatch dan tembok.
- Pelaksanaan : Subjek berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola basket, bila ada aba-aba “ya” maka subjek segera melakukan lempar tangkap ke dinding selama 15 detik.
- Skor : Jumlah bola yang dapat dilakukan lempar tangkap selama 15 detik.



Medicine Ball-Put

- Tujuan : Mengukur otot tangan
- Alat : Bola medicine (6 pound), pita ukur, bendera juri
- Pelaksanaan : Subjek berdiri dibelakang garis sambil memegang bola didepan dada dengan badan $\pm 45^\circ$. Kemudian bola didorong ke depan secepat dan sekuat mungkin sebanyak 3 (tiga) kali lemparan.
- Skor : Jarak lemparan yang terjauh dari 3 (tiga) kali lemparan.

Lari 60 Yard Dash

- Tujuan : mengukur kecepatan
- Alat : Stopwatch dan lintasan lari berjarak 60 yard
- Pelaksanaan : Subjek lari secepat mungkin dengan menempuh jarak 60 yard, subjek diberikan kesempatan ini hanya satu kali percobaan.
- Skor : Waktu mulai aba-aba “ya” sampai subyek melewati garis finish

Lampiran 6. Tabel Format Pengambilan Tes Kemampuan Motorik

FORMULIR BORROW ABILITY TEST			
Nama : _____ (Putra/Putri) Umur : _____ Nama Sekolah : SMP N 13 Yogyakarta Tanggal Tes : 28 Februari 2020 Tempat Tes : Lapangan Minggiran			
NO	Jenis Tes	Hasil	Keterangan
1	Standing Broad Jump - Percobaan I : ____ meter - Percobaan II : ____ meter - Percobaan III : ____ meter	____ meter	
2	Soft ball Throw - Percobaan I : ____ meter - Percobaan II : ____ meter - Percobaan III : ____ meter	____ meter	
3	Zigzag Run - Percobaan I : __dt __ s - Percobaan II : __dt __ s - Percobaan III : __dt __ s	__dt __ s	
4	Wall Pass (15 detik)	____ kali	
5	Medicine Ball-Put - Percobaan I : ____ meter - Percobaan II : ____ meter - Percobaan III : ____ meter	____ meter	
6	Lari 60 Yard	__mt __ dt	

Lampiran 7. Hasil Olah Data

Data Hasil Penelitian

No	Standing Board Jump (m)	T-Score	Soft Ball Throw (m)	T-Score	Zig-zag Run (s)	T-Score	Wall Pass (kali)	T-Score	Medicine Ball Put (m)	T-Score	Lari 60 Yard Dash (s)	T-Score	Σ T-Score	Kategori
1	1,57	45,59	31	54,93	7,57	62,66	8	51,31	3,95	52,83	7,52	56,97	324,30	Tinggi
2	1,25	34,09	27,4	51,25	8,64	46,30	7	43,97	3,38	45,18	9,31	44,7	265,49	Kurang
3	1,5	43,07	10,8	34,26	8,48	48,75	7	43,97	2,68	35,78	9,09	46,21	252,04	Kurang
4	1,74	51,69	20,2	43,88	8,31	51,35	8	51,31	3,2	42,76	8,71	48,81	289,81	Tinggi
5	1,85	55,64	23	46,74	7,95	56,85	8	51,31	3,7	49,48	7,38	57,93	317,96	Sedang
6	2	61,03	38,7	62,81	7,87	58,08	10	65,99	5,2	69,62	6,52	63,83	381,36	Sangat Tinggi
7	2,08	63,90	35,2	59,23	9,24	37,13	7	43,97	5,2	69,62	7,78	55,19	329,05	Tinggi
8	2,1	64,62	37,7	61,79	8,36	50,58	8	51,31	4	53,51	7,4	57,8	339,61	Tinggi
9	1,49	42,71	14,9	38,46	8,31	51,35	6	36,63	3	40,08	8,78	48,33	257,56	Kurang
10	1,77	52,77	20,2	43,88	7,5	63,73	7	43,97	3,08	41,15	8,19	52,38	297,88	Sedang
11	1,7	50,26	23,2	46,95	8,61	46,76	8	51,31	3,3	44,10	8,38	51,08	290,46	Sedang
12	1,66	48,82	16	39,58	9,23	37,28	7	43,97	3,3	44,10	9,23	45,25	259,01	Kurang
13	1,33	36,97	11,6	35,08	8,79	44,01	7	43,97	2,6	34,70	9,67	42,23	236,96	Sangat Kurang
14	1,96	59,59	24,3	48,07	8,38	50,28	8	51,31	3,3	44,10	8	53,68	307,05	Sedang
15	1,72	50,97	28,8	52,68	8,42	49,67	9	58,65	4,8	64,25	7,65	56,08	332,31	Tinggi
16	1,9	57,44	25	48,79	9,02	40,49	9	58,65	3,3	44,10	8	53,68	303,16	Sedang
17	1,85	55,64	45	69,26	9,14	38,66	6	36,63	4,1	54,85	7,97	53,89	308,93	Sedang
18	1,95	59,24	33,2	57,18	7,81	58,99	10	65,99	4	53,51	14,1	11,86	306,77	Sedang

19	1,7	50,26	51	75,4	8,14	53,95	10	65,99	4,1	54,85	7,9	54,37	354,81	Tinggi
20	1,15	30,50	17,1	40,71	9,52	32,85	7	43,97	3,2	42,76	9,97	40,18	230,97	Sangat kurang
21	1,4	39,48	17,2	40,81	8,9	42,33	7	43,97	3,1	41,42	8,73	48,68	256,68	Kurang
22	1,89	57,08	27,1	50,94	8,14	53,95	10	65,99	4	53,51	8,13	52,79	334,26	Tinggi
23	1,15	30,50	19	42,65	9,38	34,99	9	58,65	4	53,51	11	33,11	253,41	Kurang
24	1,55	44,87	28	51,86	7,07	70,31	7	43,97	3,9	52,16	7,91	54,3	317,47	Sedang
25	1,56	45,23	26,4	50,22	7,24	67,71	9	58,65	3,8	50,82	8,5	50,25	322,89	Tinggi
26	2	61,03	29,2	53,09	8,54	47,83	9	58,65	3,6	48,13	7,2	59,17	327,91	Tinggi
27	2,07	63,55	34,7	58,72	7,64	61,59	5	29,29	5,6	75,00	6,98	60,68	348,82	Tinggi
28	1,51	43,43	17,2	40,81	8,95	41,56	6	36,63	3,3	44,10	9,04	46,55	253,09	Kurang
SD	0,28	10,00	9,77	10,00	0,65	10,00	1,36	10,00	0,74	10,00	1,46	10,00	39,21	
Mea n	1,69	50,00	26,18	50,00	8,40	50,00	7,82	50,00	3,74	50,00	8,54	50,00	300,00	

Lampiran 8. Hasil Olah Data

HASIL UJI VALIDITAS DAN REABILITAS

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	28	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	28	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.732	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Kekuatan_Otot_Tungkai	24999.8571	10304483.608	.633	.643
Kekuatan_Otot_Lengan_dan_Bahu	24999.6429	10009058.312	.689	.626
Kelincahan_Lari_Zig-Zag	24999.7857	11997782.026	.343	.729
Koordinasi_Mata_dan_Tangan	24999.8214	12767022.300	.225	.760
Medicine_Ball_Put	24999.8214	10406673.485	.614	.649
Lari_60_Yard_Dash	24999.8214	12000081.189	.342	.729

Lampiran 9. Hasil Olah Data

HASIL UJI KATEGORISASI

Kekuatan_Otot_Tungkai

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat kurang	4	14.3	14.3	14.3
Kurang	4	14.3	14.3	28.6
Sedang	7	25.0	25.0	53.6
Tinggi	6	21.4	21.4	75.0
Sangat Tinggi	7	25.0	25.0	100.0
Total	28	100.0	100.0	

Kekuatan_Otot_Lengan_dan_Bahu

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sangat kurang	7	25.0	26.9	26.9
Kurang	8	28.6	30.8	57.7
Sedang	7	25.0	26.9	84.6
Tinggi	3	10.7	11.5	96.2
Sangat Tinggi	1	3.6	3.8	100.0
Total	26	92.9	100.0	
Missing System	2	7.1		
Total	28	100.0		

Kelincahan_Lari_Zig-Zag

		Freque ncy	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat kurang	4	14.3	15.4	15.4
	Kurang	6	21.4	23.1	38.5
	Sedang	9	32.1	34.6	73.1
	Tinggi	4	14.3	15.4	88.5
	Sangat Tinggi	3	10.7	11.5	100.0
	Total	26	92.9	100.0	
Missing System		2	7.1		
Total		28	100.0		

Otot_Lengan_Medicine_Ball

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat kurang	6	21.4	22.2	22.2
	Kurang	9	32.1	33.3	55.6
	Sedang	8	28.6	29.6	85.2
	Tinggi	1	3.6	3.7	88.9
	Sangat Tinggi	3	10.7	11.1	100.0
	Total	27	96.4	100.0	
Missing System		1	3.6		
Total		28	100.0		

Koordinasi_Mata_dan_Tangan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat kurang	1	3.6	3.6	3.6
	Kurang	12	42.9	42.9	46.4
	Sedang	6	21.4	21.4	67.9
	Tinggi	5	17.9	17.9	85.7
	Sangat Tinggi	4	14.3	14.3	100.0
	Total	28	100.0	100.0	

Kecepatan_Lari_60_Yard_Dash

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	3	10.7	11.1	11.1
	Tinggi	11	39.3	40.7	51.9
	Sangat Tinggi	13	46.4	48.1	100.0
	Total	27	96.4	100.0	
Missing System		1	3.6		
Total		28	100.0		

Lampiran 10. Hasil Olah Data

HASIL UJI DESKRIPTIF

		Statistics						
		Kekuatan_ otot_tungka	Kekuatan_ otot_lengan_dan_bahu	Kelincahan_lari_Zigzag	Koordinasi_tangan_dan_kaki	Medicine_Ball_Put	Lari_60_Yard_Dash	Jumlah_T_Score
N	Valid	28	28	28	28	28	28	28
	Missing	0	0	0	0	0	0	0
Mean		4999.8929	5000.1071	4999.9643	4999.9286	4999.9286	4999.9286	30000.0714
Median		5061.5000	4950.5000	4997.5000	5131.0000	4880.5000	5258.5000	30691.0000
Mode		3050.00 ^a	4081.00 ^a	5135.00 ^a	4397.00	4410.00	5368.00	23097.00 ^a
Std. Deviation		1000.04672	1000.06475	999.99161	999.91711	1000.02818	999.94688	3920.63457
Minimum		3050.00	3426.00	3285.00	2929.00	3470.00	1186.00	23097.00
Maximum		6462.00	7540.00	7031.00	6599.00	7500.00	6383.00	38136.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lampiran 11. Dokumentasi

DOKUMENTASI



Gambar 1. Pemberian pengarahan sebelum tes dari guru Penjas



Gambar 2. Pemberian pengarahan sebelum tes dari peneliti



Gambar 3. Melakukan pemanasan sebelum melaksanakan tes



Gambar 4. Pembagian formulir tes



Gambar 5. Posisi awal melakukan *Standing Broad Jump*



Gambar 6. Posisi menolak kedepan



Gambar 7. Peneliti mengukur hasil standing broad jump



Gambar 8. Posisi awal lemparan soft ball throw



Gambar 9. Melemparkan bola softball sejauh-jauhnya



Gambar 10. Saat melaksanakan tes zig-zag run



Gambar 11. Saat melakukan wall pass



Gambar 12. Posisi akan melempar bola medicine ke depan



Gambar 13. Awalan saat akan melakukan lari 60 yard dash



Gambar 14. Saat melakukan lari 60 yard dash