

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PADA PESERTA DIDIK  
KELAS V SD NEGERI SAWIT PANGGUNGHARJO  
SEWON BANTUL**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



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

**Oleh:**  
**Iqbal Maulana**  
**19604224008**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2023**

# **TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PADA PESERTA DIDIK KELAS V SD NEGERI SAWIT PANGGUNGHARJO SEWON BANTUL**

Oleh:  
Iqbal Maulana  
19604224008

## **ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik bagi peserta didik kelas V SD Negeri Sawit Kab. Bantul.

Penelitian ini merupakan penelitian pendekatan kuantitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah tes kemampuan motorik. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas V SD Negeri Sawit Kab. Bantul dengan jumlah 18 peserta didik dan sampel yang digunakan adalah 18 peserta didik. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis data deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian ini diketahui bahwa tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas V SD Negeri Sawit Bantul secara keseluruhan adalah kategori “sangat kurang” sebesar 11,11% (2 siswa), “kurang” sebesar 33,33% (6 siswa), “cukup” sebesar 5,56% (1 siswa), “baik” sebesar 27,78% (5 siswa), dan “sangat baik” sebesar 22,22% (4 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata Tskor, yaitu 158,02, peserta didik kelas V di SD Negeri Sawit dalam kategori “sangat baik”.

Kata kunci: kemampuan motorik, peserta didik, SD Negeri Sawit Bantul.

## SURAT PERNYATAAN

Nama : Iqbal Maulana  
NIM 19604224008  
Prodi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Motorik pada Peserta Didik V SD Negeri Sawit, Panggungharjo, Sewon, Bantul.

Yang Menyatakan,



**LEMBAR PERSETUJUAN**

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PADA PESERTA DIDIK  
KELAS V SD NEGERI SAWIT PANGGUNGHARJO SEWON  
BANTUL**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

**Iqbal Maulana**  
**NIM.**  
**19604224008**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: Agustus 2023

Koordinator Program Studi



Dr. Hari Yulianto, S.Pd., M.Kes.  
NIP 196707011994121001

Dosen Pembimbing



Dr. Nurhadi Santoso, S.Pd., M.Pd.  
NIP 197403172008121003

## LEMBAR PENGESAHAN




### TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PADA PESERTA DIDIK KELAS V SD NEGERI SAWIT PANGGUNGHARJO SEWON BANTUL

#### TUGAS AKHIR SKRIPSI

Iqbal Maulana  
NIM. 19604224008

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 18 Agustus 2023

#### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Nurhadi Santoso, M.Pd Ketua Penguji		23/8/2023
Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or Sekretaris		23/8/2023
Dr. Hari Yulianto, M.Kes Penguji Utama		23/8-2023

Yogyakarta, Agustus 2023  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.  
NIP 196407071988121001

## **MOTTO**

Mempelajari Diri Sendiri Nanti Kamu Akan dapat Mengerti Hidup Ini

( Iqbal Maulana )

Kita Harus Curiga dengan Otak Dan Pikiran Kita

(Gus Baha)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala karunia-Nya sehingga karya ini dapat terselesaikan dengan baik. Perjalanan peneliti tidak akan bisa berjalan dengan mudah tanpa kehadiran orang-orang hebat dalam hidup peneliti, yang selalu membantu peneliti dalam melewati berbagai macam tantangan kehidupan, oleh karena itu peneliti mempersembahkan karya ini kepada:

1. Kedua orang tua saya yaitu bapak dan ibu saya yang bernama Bapak Ismu Hardiyanto dan Ibu Mardiyah mereka yang selalu senantiasa mendukung saya untuk menjadi baik dan dapat membanggakan mereka kedua orang tua saya.
2. Kepada saudara saya yaitu Oktafia Nur Aeni dia yang selalu mendukung saya dan memberi motivasi kepada saya agar dapat berubah menjadi lebih baik kedepannya

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Kemampuan Motorik pada Peserta Didik Kelas V SD Negeri Sawit, Panggunharjo, Sewon, Bantul”.

Peneliti sangat berterima kasih kepada dosen pembimbing Tugas Akhir Skripsi yaitu Dr. Nurhadi Santoso, S.Pd., M.Pd. yang sudah memberikan bimbingan, ilmu, tenaga, dan waktunya untuk membantu peneliti menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa dalam keberhasilan menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini juga tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti juga ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang sudah memberikan fasilitas guna terlaksananya penelitian ini.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Dr. Hari Yulianto, S.Pd., M.Kes., selaku Ketua Departemen Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar sekaligus Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar yang telah banyak memberikan bantuan dan dorongan motivasi demi terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi peneliti.
4. Bapak Prof. Dr. Komarudin, S.Pd., M.A. selaku Pembimbing Akademik yang telah ikhlas memberikan ilmu dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik selama ini.
5. Bapak/Ibu penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Bapak Ardhian Herda selaku Kepala SD Negeri Sawit yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.



7. Para guru dan staf SD Negeri Sawit yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi.
8. Peserta didik kelas atas SD Negeri Sawit yang telah bersedia melakukan tes kemampuan motorik dalam penelitian ini.
9. Teman-teman PJSD B Angkatan 2019 yang senantiasa menemani, memberi dukungan, dan saling memberikan semangat baik selama masa perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini.

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

Yogyakarta, 13... Agustus 2023

Penulis,



Iqbal Maulana

NIM. 19604224008

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTARLAMPIRAN .....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	15
A. Latar Belakang.....	15
B. Identifikasi Masalah.....	20
C. Pembatasan Masalah.....	20
D. Rumusan Masalah.....	20
E. Tujuan Penelitian .....	21
F. Manfaat Penelitian.....	21
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	23
A. Kajian Teori.....	23
B. Kajian Penelitian yang Relevan .....	37
C. Kerangka Berfikir.....	40
BAB III METODE PENELITIAN .....	43
A. Desain Penelitian .....	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	43
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	44
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	44
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	51
A. Hasil Penelitian.....	51
B. Pembahasan .....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	63

A. Kesimpulan .....	63
B. Implikasi.....	63
C. Keterbatasan penelitian .....	64
D. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA .....	65
LAMPIRAN.....	68

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Kelas V SD N Sawit .....	51
Tabel 2. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Kelas V SD N Sawit .....	52
Tabel 3. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Aspek Kelincahan.....	53
Tabel 4. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Aspek Kelincahan Siswa Kelas V .....	53
Tabel 5. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Aspek Koordinasi .....	55
Tabel 6. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Aspek Koordinasi Siswa Kelas V .....	55
Tabel 7. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Aspek Keseimbangan Kelas V .....	56
Tabel 8. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Aspek Keseimbangan Siswa Kelas V .....	57
Tabel 9. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Aspek Kecepatan Kelas V .....	58
Tabel 10. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Aspek Kecepatan Siswa Kelas V .....	58
Tabel 11. Rangkuman Hasil Kemampuan Motorik Siswa Kelas V di SD Negeri Sawit.....	60

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Bagan Karangka Berpikir .....	42
Gambar 2. Diagram Batang Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V .....	52
Gambar 3. Diagram Batang Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V Aspek Kelincahan.....	54
Gambar 4. Diagram Batang Kemampuan Motorik .....	55
Gambar 5. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa Kelas V Aspek Keseimbangan .....	57
Gambar 6. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa Kelas V Aspek Kecepatan .....	59

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian .....	69
Lampiran 2. Gambar Kegiatan Penelitian.....	70
Lampiran 3. Analisis Data Penelitian .....	72

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) sebagai mata pelajaran yang diwajibkan. “Pendidikan jasmani itu sendiri merupakan suatu proses belajar yang mengacu pada gerak dan Kesehatan” Rinaldi (2019, p. 2). Adanya pendidikan jasmani ini bertujuan untuk berusaha membantu peserta didik dalam menggunakan tubuhnya lebih efektif dan efisien dalam melakukan berbagai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari.

“Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu dan anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan pembentukan karakter” Akhiruyanto (2018, p.30). “Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang bertujuan untuk mencapai suatu tujuan pendidikan melalui aktifitas fisik” Ardiansyah (2016, p. 2). Dalam pendidikan jasmani tidak terlepas dari pendidikan umum, dikarenakan pendidikan jasmani mempengaruhi potensi peserta didik dalam berbagai aspek. Adapun aspek yang dipengaruhi yaitu aspek yang terdiri dari aspek kognitif, afektif dan psikomotorik. Aspek psikomotorik dalam pendidikan jasmani sangat diperlukan dalam menjalankan kegiatan yang membutuhkan keterampilan gerak. Pentingnya kemampuan motorik dikarenakan kemampuan gerak yang merupakan bagian dari psikomotorik yang menunjang kemampuan motorik peserta didik (Pratama, dkk., 2022, p. 65).

Menurut Kiram (2016, p. 7) “kemampuan motorik adalah suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan dari proses-proses pengendalian dan pengaturan pada fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun secara psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan.”

Dalam pembelajaran olahraga, guru sangat penting untuk mengetahui kemampuan motorik peserta didik sebab penting bagi guru penjas, agar dapat mengelompokkan peserta didik berdasarkan kemampuan motoriknya, dalam proses pembelajaran penjas di sekolah. Memberikan arahan dan bimbingan agar peserta didik mampu melakukan gerakan sesuai dengan kemampuan dan kondisi fisik yang sesuai dengan pertumbuhannya. Kemampuan motorik berhubungan dengan kualitas gerak atau cara untuk melakukan gerakan. “Adapun unsur-unsur dari kemampuan motorik antara lain: kekuatan, kecepatan, ketahanan keseimbangan, kelincahan, kelenturan, dan koordinasi. Kemampuan motorik anak akan terus berkembang apabila didukung dengan latihan-latihan yang teratur yang mencakup semua aspek yang menunjang kemampuan motoric” Yanuar (2010, pp. 6-7). Motorik adalah bagian dari kemampuan gerak yang dapat memprediksi kemampuan akademik seorang anak, seperti yang dikutip oleh Rachman (2004, p. 29) berpendapat bahwa motorik berpengaruh terhadap fungsi kognitif yaitu: motorik melandasi kesiapan penampilan akademis. Oleh karena itu, pendidikan jasmani membutuhkan motorik yang bagus dan dapat menunjang keberhasilan dalam pembelajaran.

“Khususnya di sekolah dasar umur 6-12 tahun, peserta didik dapat menyalurkan kemampuan gerakan motorik melalui berbagai aktivitas yang menyenangkan seperti bermain pada saat pembelajaran olahraga” Ardiansyah (2016, p. 2).



Beberapa unsur kerja tersebut dapat terangkum dalam kemampuan gerak dasar yang terdiri dari kemampuan gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Gerakan-gerakan yang terlihat dalam permainan diantaranya adalah gerakan lari menggiring, lari mencari ruang, menendang, melompat dan meloncat menyundul, melempar, dan menangkap. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti saat kegiatan pembelajaran olahraga di SD Negeri Sawit Panggungharjo Sewon terlihat unsur kelincahan (agility) masih kurang, hal ini terlihat saat peserta didik menggiring dengan kecepatan tinggi sering terjadi tabrakan hingga terjatuh antar pemain karena terdapat beberapa peserta didik yang memiliki kemampuan motorik yang mencakup kelincahan yang masih belum sempurna namun sering terjadi juga pada saat melakukan gerakan tipuan terhadap lawan aspek kelincahan peserta didik juga masih kurang karena pada saat peserta didik melaksanakan aktivitas olahraga peserta didik yang akan melakukan gerak mengalami kegagalan karena faktor kelincahan untuk menipu lawan yang masih kurang.

Tidak hanya faktor kelincahan saja yang masih kurang di SD Negeri sawit namun terdapat faktor keseimbangan juga yang kurang. Mengapa demikian karena masih banyak peserta didik yang kurang dalam kemampuan motorik terkhusus faktor keseimbangan. Dalam faktor keseimbangan karena tidak dapat menyeimbangkan posisi badan saat dapat perlawanan dari peserta didik lain.

Di SD Negeri Sawit juga terdapat beberapa peserta didik yang masih kurang dalam daya tahan tubuh ini terjadi karena pada saat pembelajaran olahraga peserta didik mengalami kelelahan.

kemudian peserta didik tersebut keluar dalam permainan dengan alasan capek atau kelelahan hal ini menyebabkan permainan berhenti dan mengakibatkan pertandingan selesai dan kurang seru karena faktor daya tahan peserta didik yang kurang karena keluar lapangan dengan sengaja karena faktor daya tahan.

Dari hasil pengamatan ini terlihat bahwa setiap peserta didik memiliki unsur-unsur kemampuan motorik yang berbeda-beda dan hal ini harus diketahui oleh pelatih (guru pendidikan jasmani).

Pentingnya mengetahui tingkat motorik peserta didik dalam pembelajaran olahraga adalah untuk mencari komposisi yang tepat dalam menentukan strategi latihan yang sesuai dengan tingkat kemampuan gerak. Apabila sudah diketahui kekurangan yang dimiliki peserta didik, maka peserta didik dapat memperbaiki dirinya sendiri dan mengembangkan kemampuannya motorik mereka secara maksimal. Melihat pentingnya kemampuan motorik peserta didik sebagai modal awal dalam menyalurkan bakat. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti “Tingkat Kemampuan Motorik pada peserta didik Kelas V SD Negeri Sawit Panggunharjo Sewon.”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan diatas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Beberapa peserta didik masih menunjukkan unsur kelincahan yang masih kurang dikarenakan masih banyak peserta didik saat melakukan gerakan kurang baik.
2. Sebagian peserta didik yang mengikuti kegiatan pembelajaran olahraga di SD Negeri Sawit Kab. Bantul masih terkendala dalam daya tahan fisik.

3. Terdapat beberapa peserta didik yang memiliki faktor keseimbangan kurang.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka perlu adanya batasan masalah sehingga dapat menemukan fokus kajian masalah. Hal ini dikarenakan agar hasil penelitian lebih fokus pada satu masalah dan dapat mendalami permasalahan tersebut. Oleh karena itu, fokus masalah dalam penelitian ini yaitu penelitian difokuskan untuk menganalisis tingkat kemampuan motorik pada peserta didik kelas V SDN Sawit Kab. Bantul.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan fokus masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu Seberapa tingkat kemampuan motorik bagi peserta didik kelasV SD N Sawit Kab. Bantul?

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dari rumusan masalah di atas, maka dapat diketahui tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik bagi peserta didik kelas V SD Negeri Sawit Kab. Bantul.

### **F. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan dan pengetahuan pembaca terhadap tingkat kemampuan motorik pada peserta didik kelas V SD Negeri Sawit.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Lembaga**

Bagi sekolah atau lembaga pendidikan, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai tingkat kemampuan motorik pada peserta didik

kelas V SD Negeri Sawit.

b. Bagi Guru

Bagi guru hasil penelitian ini dapat mengetahui peserta didik yang masih memiliki kemampuan motorik di bawah peserta didik lain sehingga guru dapat membantu proses peserta didik untuk lebih memiliki motorik yang lebih baik dan bagus

c. Bagi Lembaga

Bagi peserta didik hasil penelitian ini diharapkan siswa dapat mengerti dimana letak kemampuan motorik yang masih kurang dan mencoba memperbaiki sehingga dapat menjadi lebih baik dan bagus.

d. Bagi Peneliti Lainnya

Bagi peneliti mengetahui informasi tentang peserta didik yang berada di SD Negeri Sawit yang masih memiliki kemampuan motorik di bawah peserta didik lainnya. Dan hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pemacu dalam meneliti karakter peserta didik terutama karakter disiplin.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakikat Motorik**

###### **a. Motorik Halus**

“Pengertian motorik halus menurut ahli salah satunya Hurlock yaitu gerakan yang hanya membutuhkan otot-otot kecil dan tidak memerlukan tenaga yang besar, seperti menulis, menggunting, melipat, meronce atau sejenisnya” Mansoer (2018, p. 3). Adapun pengertian lain menurut Moelichatoen adalah kegiatan yang menggunakan otot-otot halus pada jari dan tangan. (Aquarismawati, 2011, p.152).

Berdasarkan dua pengertian diatas dapat disimpulkan motorik halus adalah gerak yang didominasi oleh otot-otot kecil yang berfungsi pada gerakan tangan dan jari.

Menurut Santrock tahapan perkembangan motorik halus terbagi diberbagai fase yaitu: (a) 4 bulan mampu bermain-main dengan kedua tangan , (b) 8 bulan mampu menggenggam balok mainan dengan seluruh permukaan tangan, (c) 12 bulan mampu mengambil benda kecil dengan ujung ibu jari dan telunjuk, (d) 18 bulan mampu menyusun 3 balok mainan, (e) 24 Bulan mampu membuka botol dengan memutar tutupnya, (f) 36 Bulan mampu meniru garis tegak, garis datar dan lingkaran, (g) 48 Bulan mampu memegang pensil dengan ujung jari, (h) 60 Bulan mampu meniru tanda (+) dan kotak. Di dalam penerapan motorik halus dapat dicontohkan dengan berbagai gerakan semisal seperti melempar ke dalam adapun yang lebih spesifik yaitu di saat kiper atau penjaga gawang

Menangkap.

#### **b. Motorik Kasar**

Menurut Rahyubi ketrampilan motorik kasar yaitu keterampilan gerak atau gerakan tubuh yang memakai 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 seperti melempar, menendang dan memantul” Johanes (2016, p. 27).

Adapun pendapat lain menurut Lerner & Kline keterampilan motorik kasar melibatkan kemampuan otot-otot besar, seperti leher, lengan, dan kaki (Johanes, 2016, p.27). Keterampilan motorik kasar meliputi berjalan, berlari, menangkap, dan melompat. Dari beberapa penjelasan di atas tentang motorik kasar dapat disimpulkan motorik kasar itu sendiri lebih dominan di bagian otot-otot besar pada manusia yang menunjang aktivitas yang menggunakan tenaga yang lebih besar. Dalam olahraga sendiri motorik kasar lebih dominan karena aspek-aspek yang terdapat pada motorik kasar merupakan bagian penting.

### **2. Hakikat Kemampuan Motorik**

#### **a. Pengertian Kemampuan Motorik**

Kemampuan motorik adalah merupakan kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan kemampuan gerak. Adapun menurut Lutan (1988) mengatakan bahwa kemampuan motorik pada dasarnya adalah

kapasitas seseorang yang erat kaitannya dengan pelaksanaan dan peragaan dalam suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak. Pengertian lain. “Kemampuan motorik adalah suatu kemampuan seseorang dalam menampilkan keterampilan gerak yang memiliki lebih luas serta diperjelas bahwa kemampuan motorik merupakan kemampuan umum yang berkaitan dengan penampilan berbagai keterampilan atau tugas gerak” Sepriadi (2017, p.197). Perkembangan motorik merupakan proses seorang anak belajar untuk terampil menggerakkan anggota tubuh dan proses berkembang sejalan dengan kematangan pusat saraf, urat saraf, dan otot yang terkoordinasi dengan baik” (Darmawan, 2021, p. 15)

Keterampilan motorik merupakan sebuah proses di mana seseorang mengembangkan seperangkat respons ke dalam suatu gerak yang terkoordinasi, terorganisasi, dan terpadu (Lutan, 1988, p. 204). Menurut Rahyubi keterampilan motorik yaitu kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas gerak secara maksimal sesuai dengan kemampuannya (Johanes, 2016, p. 27). Hal yang penting dalam mempelajari keterampilan motorik menurut Sukamti antara lain:

(1) kesiapan belajar, (2) kesempatan belajar, (3) kesempatan berpraktek, (4) model yang baik, (5) bimbingan, (6) motivasi, (7) setiap keterampilan motorik harus dipelajari secara individu, (8) keterampilan sebaiknya dipelajari satu demi satu (Mustofa & Sugiharto, 2020: 204).

Dari beberapa penjelasan yang disampaikan diatas dapat disimpulkan kemampuan motorik adalah kemampuan-kemampuan unjuk kerja atau tampilan

seseorang yang dipengaruhi oleh faktor-faktor kekuatan, kecepatan, daya tahan dan koordinasi, oleh karena itu akan lebih mempermudah dalam melakukan kemampuan gerak dan keterampilan dapat disimpulkan adalah suatu gerakan yang terampil serta derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan yang efektif dan efisien akibat dari perpaduan kerja sama sistem saraf dan otot.

#### **b. Unsur-Unsur Kemampuan Motorik**

Unsur-unsur utama dalam kemampuan motorik menurut Suryanti & Indrayasa (2021, pp. 31-42) yaitu:

- 1) Kekuatan adalah kemampuan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga saat terjadi kontraksi. Kekuatan otot ini harus dimiliki oleh anak. Apabila anak tidak memiliki kekuatan otot, anak tersebut tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan kekuatan fisik seperti: berjalan, berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung dan mendorong. Kekuatan dipengaruhi oleh biomekanika, ukuran otot, jenis kelamin, usia dan aspek psikologis.
- 2) Koordinasi Salah satu unsur penting untuk mempelajari dan menguasai keterampilan-keterampilan dalam gerak adalah koordinasi. Koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah. Gerakan yang terkoordinasi disebabkan oleh sprit yang dipengaruhi kekuatan otot dan persendian. kesempurnaan waktu antara otot dan sistem syaraf. Koordinasi gerakan anak dikatakan baik apabila mampu bergerak dengan mudah, lancar dalam rangkaian, dan irama gerakannya terkontrol dengan baik. Koordinasi ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerakan, sehingga koordinasi sering kali dikaitkan dengan kualitas gerakan. Semakin baik



tingkat koordinasi, maka semakin baik pula kualitas gerakan yang ditampilkan demikian pula sebaliknya. Kemampuan koordinasi ditandai oleh penguasaan berbagai bentuk dan variasi gerakan.

3) Kecepatan diartikan sebagai kemampuan tubuh melakukan gerakan sebanyak mungkin dalam waktu tertentu, atau dapat juga diartikan sebagai kemampuan tubuh untuk melakukan suatu gerakan dengan waktu yang sesingkat mungkin. Secara fisiologis, kecepatan diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan dalam satu satuan waktu tertentu yang ditentukan oleh fleksibilitas tubuh, proses persyarafan, dan kemampuan otot. Kecepatan dipengaruhi oleh beberapa faktor, sedangkan faktor tersebut tergantung dari jenis kecepatannya, seperti: kecepatan reaksi dipengaruhi oleh susunan syaraf; kecepatan bergerak ditentukan oleh faktor kekuatan otot, daya ledak, dan daya koordinasi gerakan; kecepatan.

4) Keseimbangan tubuh dipengaruhi oleh panca indra dalam tubuh yang bekerja secara bersamaan. Jika salah satu sistem mengalami gangguan, maka akan terjadi gangguan keseimbangan pada tubuh (imbalance). Keseimbangan terbagi dalam dua jenis yaitu: keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis merupakan keseimbangan tubuh ketika berdiri pada satu tempat, sementara keseimbangan dinamis adalah kemampuan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain.

5) Kelenturan ditentukan oleh kondisi tulang, otot, ligament, jaringan ikat, dan kulit. Kelenturan bersifat esensial untuk semua gerak, untuk memberikan kebebasan dari gerak pada persendian, mempertinggi elastisitas otot, dan

membantu untuk mencegah kerusakan pada otot tendon. Kelenturan (fleksibilitas) merupakan persyaratan yang diperlukan secara anatomis bagi berlangsungnya gerak dalam aktivitas.

6) Kelincahan merupakan komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktivitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya. Kelincahan merupakan kombinasi kecepatan, kekuatan, kecepatan reaksi, keseimbangan, fleksibilitas, dan koordinasi neuromuscular. Kelincahan bukan merupakan kemampuan fisik tunggal, melainkan tersusun dari komponen koordinasi, kekuatan, kelenturan, waktu reaksi, dan tenaga. Dalam melakukan kelincahan, keseimbangan posisi tubuh harus dijaga.

Dari uraian diatas dapat di simpulkan bahwa indikator utama adalah koordinasi yang terdiri dari ketepatan dan gerakan artinya koordinasi yaitu kemampuan otot-otot dan persendian dalam menghasilkan gerakan.

### **c. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik**

Menurut Suririnah yaitu perkembangan motorik ditujukan pada proses kemampuan gerak seorang anak. Sejak lahir bayi akan memulai perkembangan motoriknya, yang diperlukannya untuk bertindak terhadap segala sesuatu di sekitarnya yang berhubungan dengan lingkungannya. “Penglihatan anak akan membantu perkembangan fisik, mental, dan emosional dengan mengamati lingkungan sekitarnya. Dengan berkembangnya kemampuan motorik, dia akan berinteraksi seutuhnya dengan lingkungannya” Yanti & Fridalni (2020, p. 226). Menurut Rahyubi dalam (Sarah, 2021, p.62). faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak, antara lain:.

a. Sistem saraf

Sistem saraf sangat berpengaruh dalam perkembangan motorik karena sistem saraf yang mengontrol semua aktivitas motorik yang ada pada tubuh manusia.

b. Kondisi fisik

Karena perkembangan motorik sangat erat kaitannya dengan fisik, maka kondisi fisik tentu saja sangat berpengaruh pada perkembangan motorik seseorang. Seseorang yang normal biasanya perkembangan motorik akan jauh lebih baik dibandingkan dengan orang yang memiliki kekurangan fisik.

c. Motivasi yang kuat

Seseorang yang punya motivasi kuat untuk menguasai keterampilan motorik tertentu biasanya telah mempunyai modal besar untuk meraih suatu prestasi. Kemudian, ketika seseorang mampu melakukan suatu aktivitas motorik dengan baik, maka kemungkinan besar dia akan termotivasi untuk menguasai keterampilan motorik yang lebih luas serta lebih tinggi lagi.

d. Aspek Psikologis

Aspek psikologis, psikis, dan kejiwaan sudah barang tentu sangat berpengaruh pada kemampuan motorik. Hanya seseorang yang kondisi psikologis baik yang mampu meraih keterampilan motorik yang baik pula. Meskipun punya fisik yang mendukung, namun jika kondisi psikologis seseorang tidak berada dalam kondisi yang baik atau tidak mendukung, maka sulit baginya untuk meraih keterampilan motorik yang optimal dan memuaskan. Hanya saja seseorang dengan kondisi psikologis yang baiklah yang mampu meraih prestasi yang memuaskan di

berbagai lapangan kehidupan, khususnya yang berkaitan dengan keterampilan motorik. Kondisi psikologis di sini juga dapat diartikan."kepribadian".

e. Usia

Usia sangat berpengaruh pada aktivitas motorik seseorang. seorang bayi, anak- anak, remaja, dewasa, dan tua tentu saja punya karakteristik atau keterampilan motorik yang berbeda-beda.

**d. Kemampuan motorik**

Nurhasan (2007, p. 127) menjelaskan bahwa komponen-komponen kemampuan gerak (motor ability) adalah kecepatan, kelincahan, kekuatan, koordinasi dan keseimbangan. Penguasaan setiap keterampilan tersebut berhubungan erat dengan banyak faktor pendukung, diantaranya adalah kemampuan gerak (motor ability). Menurut Polman (2009), pelatihan *speed*, *agility*, dan *quickness* (SAQ) lebih baik di dalam bereaksi terhadapprangsangan, meningkatkan akselerasi, bergerak secara efektif ke berbagai arah danmengubah arah atau berhenti dengan cepat untuk membuat permainan dengan carayang cepat, efisien, halus, dan berulang. Latihan speed, agility and quickness (SAQ) adalah sistem pelatihan yang ditujukan untuk perkembangan kemampuan motorik dan kontrol gerakan tubuh melalui pengembangan sistem neuromuskuler. Pelatihan speed, agility and quickness (SAQ) bertujuan untuk meningkatkan kecepatan, kelincahan dan akselerasi melalui berbagai macam gerakan tertentu. Latihan dirancang untuk mengatasi baik umum dan unik karakteristik masing- masing komponen.

Menurut Aji (2015, p. 49) “Peningkatan kecepatan lari dapat diperbesar dengan meningkatkan komponen-komponen pendukung kecepatan seperti, fleksibilitas, power otot, daya tahan anaerobik, koordinasi gerakan dan

keterampilan teknik lari”. Dengan menggunakan metode zig-zag run ada dua hasil besar yang akan didapatkan sekaligus, yakni melatih kecepatan serta kelincahan olahragawan. Kecepatan sangat berpengaruh, hal ini dapat dilihat pada saat melewati lawan baik dengan bola maupun tanpa bola. Kecepatan digunakan ketika pemain menerima umpan atau bola daerah dari rekan dan mengadakan gangguan terhadap pemain lawan pada saat menggiring bola dalam kecepatan tinggi, melakukan serangan balik dan atau ketika saat melakukan transisi. Pemain yang memiliki kecepatan sangat bagus pada umumnya susah diantisipasi gerakannya oleh para pemain lawan.

Kekuatan menurut Harsono (2014, p. 36) mengartikan kekuatan sebagai energi untuk melawan suatu tahanan atau kemampuan untuk membangkitkan tegangan atau tension. Dengan demikian kekuatan adalah kemampuan yang sangat erat hubungannya dengan adanya proses kontraksi pada otot. Kualitas fisik yang dimaksud merupakan salah satu unsur yang dominan yang berpengaruh dalam melakukan shooting saat permainan berlangsung. Kekuatan otot tungkai adalah kemampuan sebuah otot atau sekelompok otot untuk menopang tahanan beban dalam menjalankan aktifitas. Kekuatan otot tungkai mempunyai peranan yang besar terhadap kemampuan menendang. Kekuatan merupakan daya penggerak setiap kegiatan atau aktivitas fisik. Kekuatan otot tungkai yang dimiliki oleh setiap pemain akan memberi dampak positif dalam pengembangan teknik kemampuan menendang.

“Koordinasi adalah suatu kemampuan biomotorik yang sangat kompleks. koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat, efisien, dan penuh ketepatan” Sopyan (2018, p. 25). “Keseimbangan itu sendiri merupakan kemampuan untuk posisi tubuh agar tetap stabil dan terkontrol yang dapat menunjang posisi badan pada saat melakukan gerakan” Zulvikar (2016, p. 98). Sedangkan keseimbangan dinamis merupakan sebuah mekanisme dari tubuh dalam menjaga posisinya agar tetap stabil dan pada saat pusat massa tubuh melebihi bidang tumpu (base of support) pada saat tubuh dalam keadaan bergerak (Rahmatha, 2020, p. 3).

**e. Hakikat Multilateral**

Kemampuan multilateral anak yang perlu dikembangkan melalui pendidikan jasmani dan olahraga meliputi keterampilan/kemampuan fisik dan motorik, kognitif, serta afektif. Unsur-unsur kemampuan fisik identik dengan komponen-komponen kebugaran jasmani yang meliputi: kekuatan otot (muscle strength), daya tahan otot (muscle endurance), kecepatan (speed), kelenturan (flexibility), keseimbangan (balance), tenaga ledak (explosive power), kelincahan (agility), koordinasi (coordination), kecepatan reaksi (reaction time), serta daya tahan

kardiorespirasi (aerobic capacity) (Suhantoro, 1986, p. 13).

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan yaitu multilateral merupakan kemampuan fisik yang identik dengan komponen-komponen kebugaran jasmani sebagai pondasi dasar dalam melakukan keterampilan gerak menyeluruh.

### **3. Karakteristik Pesert Didik**

#### **a. Karakteristik peserta didik usia SD**

Pembinaan karakter siswa harus dilakukan secara dini di sekolah dasar, karena sekolah dasar merupakan salah satu periode pendidikan yang sangat penting untuk menentukan arah pengembangan potensi pada peserta didik. Sekolah dasar merupakan lingkungan pendidikan formal pertama yang dialami oleh anak. Di sekolah dasar anak diperkenalkan dan ditanamkan dasar-dasar nilai seperti kejujuran, kesusilaan, kesopanan, tata krama, budi pekerti, etika dan moral. Dari nilai dasar itulah diharapkan akan menjadikan anak tumbuh menjadi anak yang cerdas otaknya, bersih hatinya, dan terampil tangannya, ada tiga komponen pendidikan tersebut merupakan Pembinaan karakter peserta didik melalui pembelajaran terpadu dalam diri siswa yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Hakam (2016, p. 178) sekolah dasar memiliki peran penting dalam pembangunan fondasi karakter individu. Atas dasar itu, maka seluruh aktivitas pendidikannya harus mampu memfasilitasi penanaman dan pengembangan nilai peserta didik agar berbudi pekerti yang luhur.

Dari penjelasan di atas dapat di ambil kesimpulan bahwa pendidikan karakter sudah harus diajarkan sejak dini dengan berbagai nilai-nilai yang ada contohnya seperti nilai kejujuran, kesusilaan, kesopanan, tat krama, budi pekerti, etika dan moral.

## **B. Kajian Penelitian Yang Relevan**

Dalam penelitian ini, peneliti akan memaparkan hasil penelitian yang dianggap relevan. Berikut beberapa yang terkait:

1. Hasil penelitian yang relevan sebelumnya dilakukan oleh Ulil Albab Abdillah pada tahun 2020 dengan judul “ Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas V dan VI di SD Negeri Kraton Yogyakarta ”. Dalam penelitian tersebut peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui kemampuan motorik siswa kelas V dan VI di SD Negeri Kraton. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dan analisis data pada penelitian tersebut menggunakan deskriptif persentase. Berdasarkan hasil penelitian ini dan analisis data pada penelitian ini, menunjukkan bahwa nilai rata-rata kelas V dan VI di SD Negeri Kraton yaitu 200,00, kemampuan motorik siswa kelas V dan VI di SD Negeri Kraton dalam kategori “cukup”. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu terletak pada jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif. Kemudian untuk perbedaannya yaitu penelitian ini hanya mengkaji tentang tingkat kemampuan motorik secara umum, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan mengkaji tentang tingkat kemampuan motorik yang lebih khusus yaitu pada permainan sepak bola.
2. Hasil penelitian yang relevan sebelumnya dilakukan oleh Galang Sulaksono pada tahun 2020 dengan judul “Analisis Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Pojok I Kecamatan Kwadungan Kabupaten Ngawi Tahun 2019/2020”. Dalam penelitian tersebut peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui secara empirik seberapa besar tingkat kemampuan motorik siswa sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian ini dan analisis data pada penelitian



ini, menunjukkan bahwa hasil penelitian tentang tingkat kemampuan motorik siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Pojok I Kec.Kwadungan Kab. Ngawi, yaitu 2 siswa berkategori sangat tinggi, 7 siswa tinggi, 17 siswa sedang, 12 siswa rendah dan 7 siswa sangat rendah. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu terletak pada jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif. Kemudian untuk perbedaannya yaitu penelitian ini hanya mengkaji tentang tingkat kemampuan motorik secara umum, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan mengkajitentang tingkat kemampuan motorik yang lebih khusus yaitu pada permainan sepak bola.

3. Hasil penelitian yang relevan sebelumnya dilakukan oleh Arie Asnaldi, Zulman, Madri M pada tahun 2018 dengan judul “Hubungan Motivasi Olahraga dan Kemampuan Motorik dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman”. Dalam penelitian tersebut peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan motivasi Olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa SD Negeri 16 Sintoga Kec.Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional. Berdasarkan hasil penelitian ini dan analisis data pada penelitian ini, menunjukkan bahwa motivasi olahraga dan kemampuan motorik secara bersama-sama mempunyai hubungan secara signifikan dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dan diterima kebenarannya secara empiris.

Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu terletak pada jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif. Kemudian untuk perbedaannya yaitu tujuan peneliti yang dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu hubungan antar variabel sedangkan penelitian yang peneliti lakukan bertujuan untuk menganalisis suatu variabel.

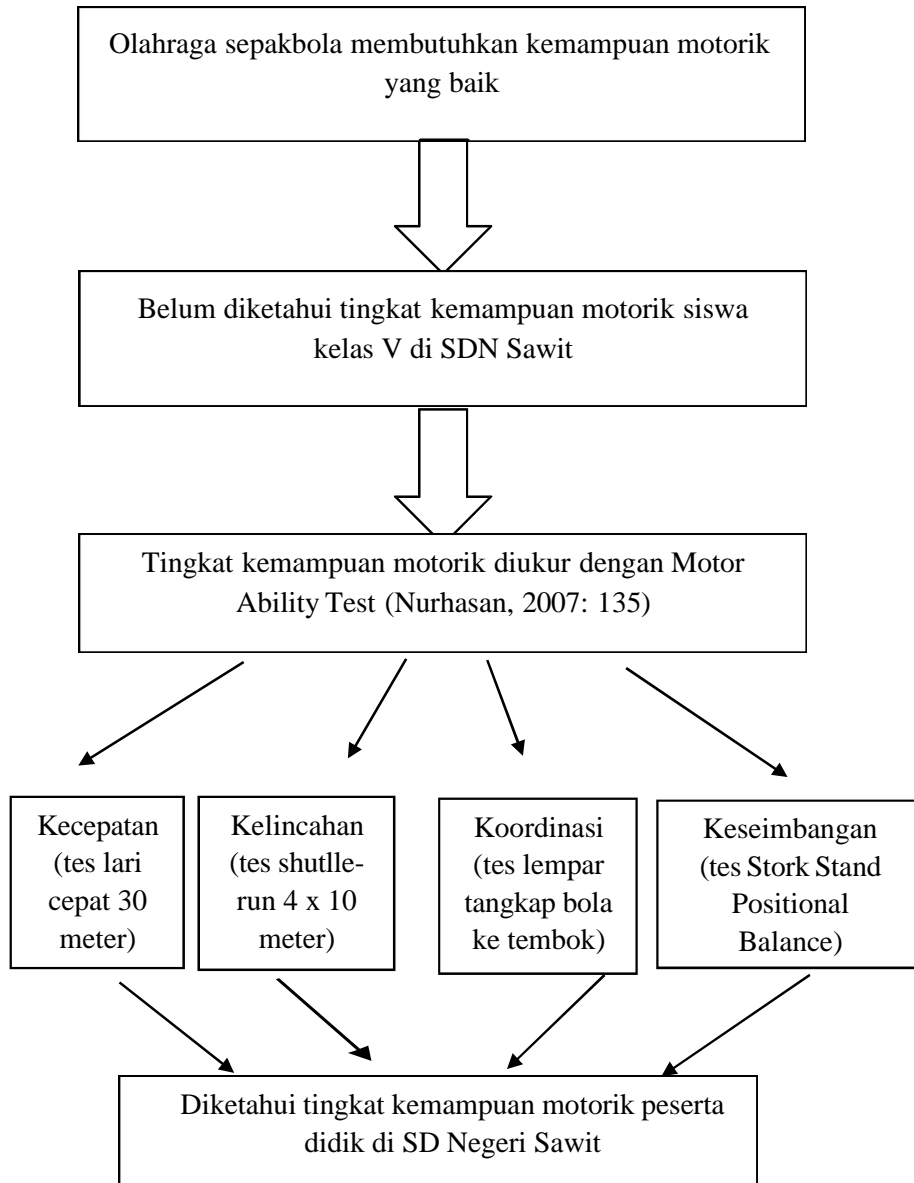
### **C. Kerangka Berpikir**

Kemampuan gerak adalah unsur pokok dalam penguasaan motorik hingga gerak yang lebih kompleks. Perkembangan berkaitan dengan gerak anggota tubuh melalui pusat saraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi. Karena kemampuan motorik bersifat alami atau bawaan, jadi faktor yang utama dalam pembentukan kemampuan motorik tergantung dari pengalaman gerak dasar seseorang di masa kanak-kanak.

Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan motorik peserta didik dapat dilakukan melalui permainan yang harus dilakukan dengan carayang sistematis dan berkelanjutan. Hal pertama yang harus di kembangkan adalah dengan menguasai teknik-teknik dengan baik dan benar.

Oleh karena itu, baik guru atau peserta didik yang terlibat dalam kegiatan olahragaperlu mengetahui tingkat kemampuan motorik yang di miliki oleh setiap peserta didik. Hal tersebut agar peserta didik yang mengikuti olahraga dapat mengetahui seberapa tingkat kemampuan motorik, kemudian akan lebih maksimal lagi dalam berlatih sehingga mencapai hasil yangmaksimal. Kemampuan motorik yang baik akan bisa tercapai jika aktivitas itu dilakukan secara teratur dan terus menerus agar bisa tercapai kemampuan motorik yang optimal. Dalam hal ini peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian yang berjudul “Tingkat Kemampuan Motorik pada peserta didik Kelas V SD N Sawit

Panggunharjo Sewon Bantul”. Hal ini dimaksudkan agar guru dalam mengajar olahraga bisa lebih memperhatikan permasalahan yang terjadi, terutama pada tingkat motorik masing-masing peserta didik di saat olahraga. Selain itu, hasil tes kemampuan motorik ini bisa berguna bagi guru olahraga dalam melaksanakan kegiatan mengajar olahraga di SDN Sawit agar bisa menjadi acuan dalam memberikan pembelajaran olahraga. Berdasarkan uraian diatas maka terdapat gambaran tentang kerangka berfikir dalam penelitian ini, pada gambar



Gambar 1. Bagan Kerangka Berpikir

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Dimana data yang dimana data yang diperoleh dari penelitian kuantitatif berupa angka disebut dengan kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik Sugiyono (2018, p. 2). Asumsi yang dimiliki pada kuantitatif yaitu bahwa mengukur sesuatu yang relatif stabil ataupun selalu sama dalam dunia yang masih masuk akal dan dapat diukur. Penelitian memiliki penelitian jenis kuantitatif untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik pada peserta didik kelas V SD Negeri Sawit Kab. Bantul.

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan persentase, dimana dalam penelitian ini sebatas menggambarkan situasi yang sedang terjadi tanpa adanya pengujian hipotesis. Arikunto (2010, p. 3) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal-hal lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes untuk mendapatkan data.

##### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

###### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Sawit yang beralamat di Miri, Panggunharjo, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta Dalam penentuan

tempat penentuan tempat penelitian, peneliti melihat bagaimana kondisi lapangan yang sesuai dengan tujuan penelitian

## **2. Waktu Penelitian**

Waktu pelaksanaan penelitian adalah pada hari Selasa-Kamis tanggal 18-20 Juli 2023, semester genap tahun ajaran 2023/2024.

## **C. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Arikunto (2010, p. 161) menjelaskan bahwa variabel yaitu objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Adapun operasional variabel untuk mendapatkan data kemampuan motorik bagi peserta didik kelas V SD Negeri Sawit Kab. Bantul dengan mengukur tingkat motorik. Untuk mengukur komponen tersebut, peneliti menerapkan instrumen penelitian yang telah dikutip oleh (Nurhasan, 2007, p. 135) dengan menggunakan Tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi tes Shuttle- run 4 x 10 meter (kelincahan), tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok (koordinasi), tes Stork Stand Positional Balance (keseimbangan), tes lari cepat 30 meter (kecepatan).

## **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

### **1. Populasi**

Sugiyono (2011, p. 80) menjelaskan bahwa “populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulan”. Arikunto (2010, p. 173) menjelaskan bahwa populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua

elemen yang ada di wilayah penelitian, maka penelitian ini merupakan penelitian populasi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas V SD Negeri Sawit Kab. Bantul.

## **2. Sampel**

Sugiyono (2017, p. 81) menjelaskan bahwa sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas V SD Negeri Sawit yang berjumlah 18 orang. Teknik pengambilan sampel dengan sampel jenuh yang merupakan jenis pengambilan sampel dari populasi dan sampel yang sama.

## **E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen Pengumpulan Data**

Arikunto (2010, p. 203) menjelaskan bahwa “instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah”. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan motorik. Arikunto (2010, p. 193) menjelaskan bahwa tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur ketrampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok.

Dalam mengukur tes kemampuan motorik pada peserta didik kelas V SD Negeri Sawit Kab. Bantul peneliti mengacu pada modul tes dan pengukuran keolahragaan (Nurhasan, 2007, p. 135). Tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi tes *Shuttle-run* 4 x 10 meter (kelincahan), tes lempar

tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok (koordinasi), tes *Stork Stand Positional Balance* (keseimbangan), tes lari cepat 30 meter (kecepatan).

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

a. *Tes Kelincahan*

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

b. *Tes Koordinasi*

- 1) Tujuan: Mengukur kemampuan koordinasi mata dan tangan.
- 2) Alat/fasilitas: bola tenis, stop watch dan tembok yang rata
- 3) Pelaksanaan: Subjek berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola tenis dengan kedua tangan di depan dada. Aba-aba “ya” subyek dengan segera



melakukan lempar tangkap ke dinding selama 30 detik.

4) Skor: Dihitung jumlah tangkapan bola yang dapat dilakukan selama 30 detik.

c. Tes Keseimbangan

1) Tujuan: Mengukur keseimbangan tubuh

2) Alat/fasilitas: Stop watch

3) Pelaksanaan: Subjek berdiri dengan tumpuan kaki kiri, kedua tangan bertolak pinggang, kedua mata dipejamkan, lalu letakkan kaki kanan pada lutut kaki kiri sebelah dalam. Pertahankan sikap tersebut selama mungkin.

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

d. Tes Kecepatan

1) Tujuan: Mengukur kecepatan lari

2) Alat/fasilitas: Stop watch, lintasan lurus dan rata sejauh 30 meter, bendera

3) Pelaksanaan: Start dilakukan berdiri. Pada aba-aba “bersedia” subjek berdiri dengan salah satu ujung jari kakinya sedekat mungkin dengan garis start. Aba- aba “siap” subjek siap untuk berlari menuju garis finish dengan jarak 30 meter, sampai melewati garis finish.

4) Skor: Dihitung waktu yang ditempuh dalam melakukan lari sejauh 30 meter.

## **2. Teknik Pengumpulan Data**

Menurut Arikunto (2010, p. 161) bahwa data adalah hasil pencatatan dari peneliti, baik yang berupa fakta maupun angka berdasarkan hasil penelitian.

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

a) Melakukan Persiapan Tes

Persiapan sebelum pengambilan data dilakukan dengan memberikan penjelasan kepada testi (peserta didik) tentang butir-butir tes yang akan dilakukan. Adapun tujuan dari persiapan sebelum pengambilan data adalah untuk mempersiapkan alat-alat yang akan digunakan, dan menyiapkan peserta didik yang akan melakukan tes.

Sebelum tes dimulai salah satu petugas menyiapkan testi (peserta didik) untuk berbaris dan berhitung. Selanjutnya testi diberi materi pemanasan terlebih dahulu agar otot-otot tidak tegang saat menerima beban gerak dalam pelaksanaan tes. Sebelum melaksanakan tes, testi diberikan penjelasan tentang bagaimana tata cara pelaksanaan masing-masing butir tes dengan cara memberikan contoh bagaimana melakukan tes, hal ini berpengaruh pada pelaksanaan tes yang dilakukan oleh testi dan sebelum testi melaksanakan tes peserta didik terlebih dahulu diberi kesempatan untuk melakukan percobaan setiap butir tes.

b) Pelaksanaan tes

Tahap pelaksanaan tes memerlukan perencanaan yang matang dalam setiap pelaksanaan butir tes yang akan diukur atau diuji. Pada tahap ini testi (peserta didik) dibagi menjadi 2 kelompok, setelah itu masing-masing kelompok ditempatkan pada setiap pos tes sesuai dengan instrumen yang ada. Pelaksanaan tes yaitu masing-masing testi dalam kelompok melaksanakan butir tes secara bergantian sesuai rute yang telah ditulis di blangko.

### 3. Teknik Analisis Data.

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data, akan diketahui persamaan dan perbedaan ukuran masing-masing item tes kemampuan motorik. Hasil setiap tes yang dicapai setiap peserta didik yang telah mengikuti tes disebut hasil kasar setelah itu data dimasukan ke dalam program EXEL untuk dilakukan proses analisis. Hasil kasar ini perlu diubah agar memiliki ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini adalah *T-Score*. Selanjutnya *T-Score* dari setiap jenis tes kemampuan dijumlahkan dan dibagi jumlah jenis item tes, sehingga didapatkan rerata *T-Score*. Hasil rerata *T-Score* selanjutnya akan dikonvensikan. Sudijono (2015, p. 176) menyatakan bahwa rumus *T-Score* sebagai berikut:

$$10(K-M) + 50 SD$$

Data tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengantembok dan *Stork Stand*  
*Positional Balance*

$$10\left(\frac{M-K}{SD}\right)+50$$

data lari 30 m dan shuttle-run 4 x 10 meter

Keterangan:

T = Nilai Skor-T

M = Nilai rata-rata data kasar

X = nilai data kasar

SD= standar deviasi data kasar

Kemudian nilai *T-Score* dari ke empat item dijumlahkan, sehingga didapat total *T-Score*. Hasil total *T-Score* menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kemampuan motorik peserta didik. Pengkategorian menggunakan *mean* dan *standar deviasi*. Azwar (2016, p, 163) menyatakan bahwa untuk

menentukan kriteriaskor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN)

pada tabel 2 :

No	Interval	Kategori
1	$M + 1.5 S < X$	Sangat Baik
2	$M + 0.5 S < X \leq M + 1.5 S$	Baik
3	$M - 0.5 S < X \leq M + 0.5 S$	Cukup
4	$M - 1.5 S < X \leq M - 0.5 S$	Kurang
5	$X \leq M - 1.5 S$	Sangat Kurang

(Sumber: Azwar, 2016, p. 163)

Keterangan:

$M$  : nilai rata-rata (*mean*)

$X$  : skor

$S$  : *standar deviasi*

Mengetahui jumlah masing-masing kategori kemampuan motorik SDN Sawit Bantul. menggunakan rumus persentase dari Sudijono (1992, p. 40). Adapun sebagai berikut :

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

Keterangan:

$f$  : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya.

$N$  : *Number of Cases* (jumlah frekuensi/banyaknya individu).

$P$  : Angka persentase

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini berupa hasil tes kemampuan motorik siswa kelas V di SD Negeri Sawit, yang terdiri atas tes kelincahan (*shuttle-run* 4 x 10 meter), tes koordinasi (lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok), tes keseimbangan (*Stork Stand Positional Balance*), dan tes kecepatan (lari 30 meter). Kemudian dari seluruh data dikonversikan ke dalam T Skor dan dijumlahkan. Data hasil tes penelitian dijelaskan sebagai berikut:

#### 1. Kemampuan Motorik Peserta Didik

Deskriptif statistik kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Sawit didapat skor terendah (*minimum*) 83,11, skortertinggi (*maksimum*) 189,26, rerata (*mean*) 158,22, nilai tengah (*median*) 144,68, nilai yang sering muncul (*mode*) 135,40, *standar deviasi* (SD) 67,04. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Kelas V SD N Sawit

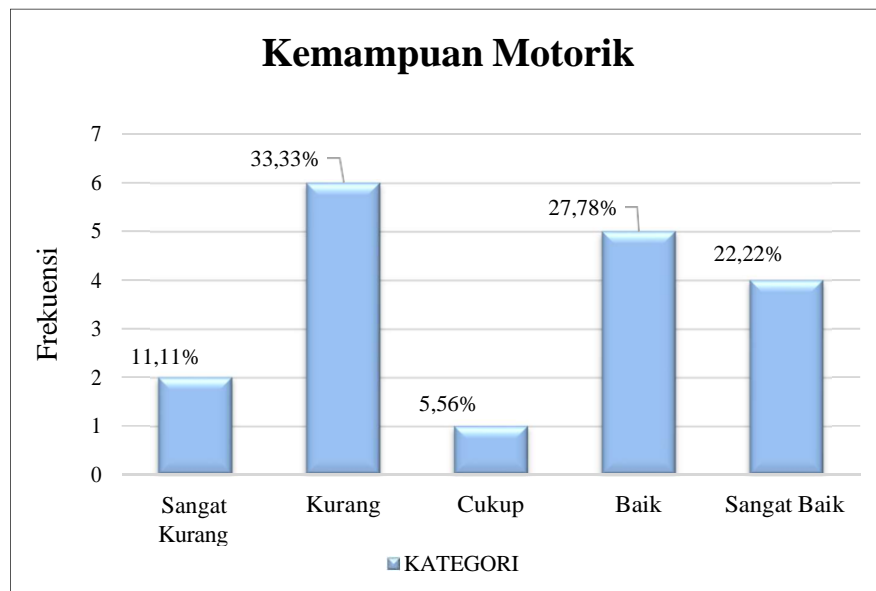
Statistik	
N	18
Mean	158,22
Median	144,68
Mode	135,40
Standar Deviasi	67,04
Minimum	83,11
Maximum	189,26

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kemampuan motorik siswa kelas V di SD Negeri Sawit disajikan pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Kelas V SD N Sawit

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1	155,44 <	Sangat Baik	4	22,22%
2	147,79 – 155,44	Baik	5	27,78%
3	140,14 – 147,78	Cukup	1	5,56%
4	132,49 – 140,13	Kurang	6	33,33%
5	< 132,49	Sangat Kurang	2	11,11%
<b>Jumlah</b>			<b>18</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 2 tersebut di atas, kemampuan motorik siswa kelas V di SD Negeri Sawit dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa Kelas V

Berdasarkan tabel 2 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Sawit berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 11,11% (2 siswa), “kurang” sebesar 33,33% (6 siswa), “cukup” sebesar 5,56% (1 siswa), “baik” sebesar 27,78% (5 siswa), dan “sangat baik” sebesar 22,22% (4 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata T skor, yaitu 158,02, siswa kelas V di SD Negeri Sawit dalam kategori “sangat baik”.

## 2. Kelincahan

Deskriptif statistik kemampuan motorik siswa kelas V di SD Negeri Sawit didapat skor terendah (*minimum*) 9,17, skor tertinggi (*maksimum*) 13,24, rerata (*mean*) 11,12, nilai tengah (*median*) 10,97, nilai yang sering muncul (*mode*) 11,72, standar deviasi (SD) 1,21. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Aspek Kelincahan Kelas V SD N Sawit

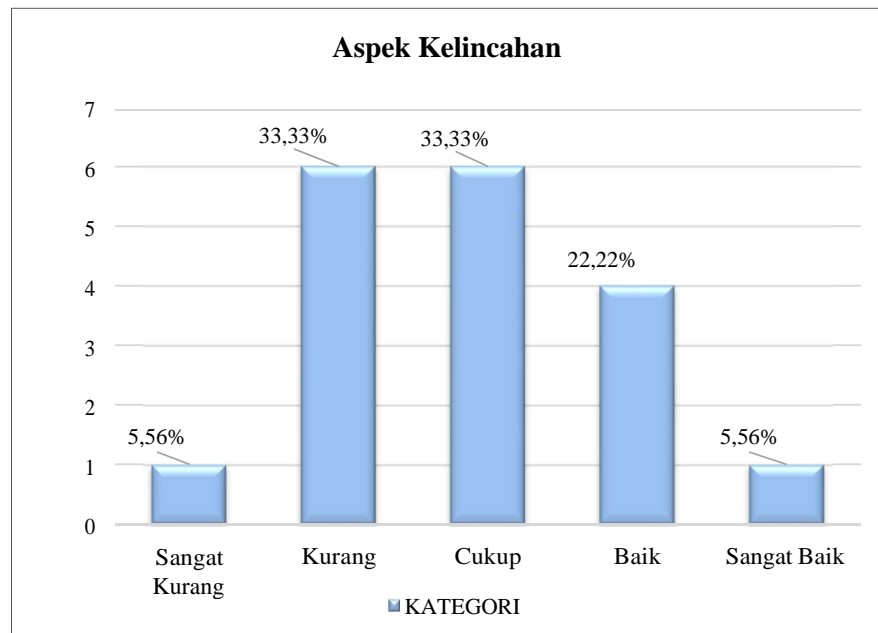
Statistik	
N	18
Mean	11,12
Median	10,97
Mode	11,72
Standar Deviasi	1,21
Minimum	9,17
Maximum	13,24

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kemampuan motorik siswa kelas V di SD Negeri Sawit disajikan pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Aspek Kelincahan Siswa Kelas V

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1	12,93 <	Sangat Baik	1	5,56%
2	11,72 – 12,93	Baik	4	22,22%
3	10,51 – 11,71	Cukup	6	33,33%
4	9,30 – 10,50	Kurang	6	33,33%
5	< 9,30	Sangat Kurang	1	5,56%
Jumlah			18	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 2 tersebut di atas, kemampuan motorik siswa kelas V di SD Negeri Sawit dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa Kelas V Aspek Kelincahan

Berdasarkan tabel 4 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa Kelincahan siswa kelas V di SD Negeri Sawit berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 5,56% (1 siswa), “kurang” sebesar 22,22% (4 siswa), “cukup” sebesar 33,33% (6 siswa), “baik” sebesar 33,33% (6 siswa), dan “sangat baik” sebesar 5,56% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 11,12, Kelincahan siswa kelas V di SD Negeri Sawit dalam kategori “**cukup**”.

### 3. Koordinasi

Deskriptif statistik koordinasi siswa kelas V di SD Negeri Sawit didapat skor terendah (*minimum*) 5,00, skor tertinggi (*maksimum*) 21,00, rerata (*mean*) 11,17, nilai tengah (*median*) 10,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 10,00, *standardevisi* (SD) 3,70. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut:



Tabel 5. Deskriptif Statistik Kemampuan MotorikAspek Koordinasi  
Kelas V SDN Sawit

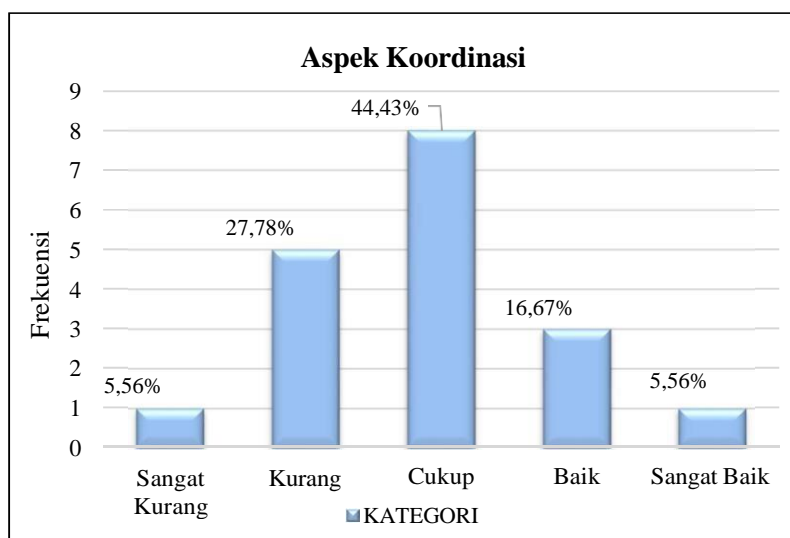
Statistik	
N	18
Mean	11,17
Median	10
Mode	10
Standar Deviasi	3,70
Minimum	5
Maximum	21

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, koordinasi siswa kelasV diSD Negeri Sawit disajikan pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Aspek Koordinasi Siswa Kelas V

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1	16,72 <	Sangat Baik	1	5,56%
2	13,02 – 16,72	Baik	3	16,67%
3	9,32 – 13,01	Cukup	8	44,43%
4	5,62 – 9,31	Kurang	5	27,78%
5	< 5,62	Sangat Kurang	1	5,56%
Jumlah			18	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 6 tersebut di atas, koordinasi peserta didik kelas V di SD Negeri Sawit dapat disajikan pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa Kelas V Aspek Koordinasi

Berdasarkan tabel 6 dan gambar 4 di atas menunjukkan bahwa koordinasi siswa kelas V di SD Negeri Sawit berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 5,56% (1 siswa), “kurang” sebesar 27,78% (5 siswa), “cukup” sebesar 44,43% (8 siswa), “baik” sebesar 16,67% (3 siswa), dan “sangat baik” sebesar 5,56% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 11,17, koordinasi siswa kelas V di SD Negeri Sawit dalam kategori “**cukup**”.

#### 4. Keseimbangan

Deskriptif statistik keseimbangan siswa kelas V di SD Negeri Sawit didapatskor terendah(*minimum*) 7,21, skor tertinggi (*maksimum*) 60,12, rerata (*mean*) 16,82, nilai tengah (*median*) 10,43, nilai yang sering muncul (*mode*) 12,74, *standardevisi* (SD) 14,08. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Aspek Keseimbangan  
Kelas V SD N Sawit

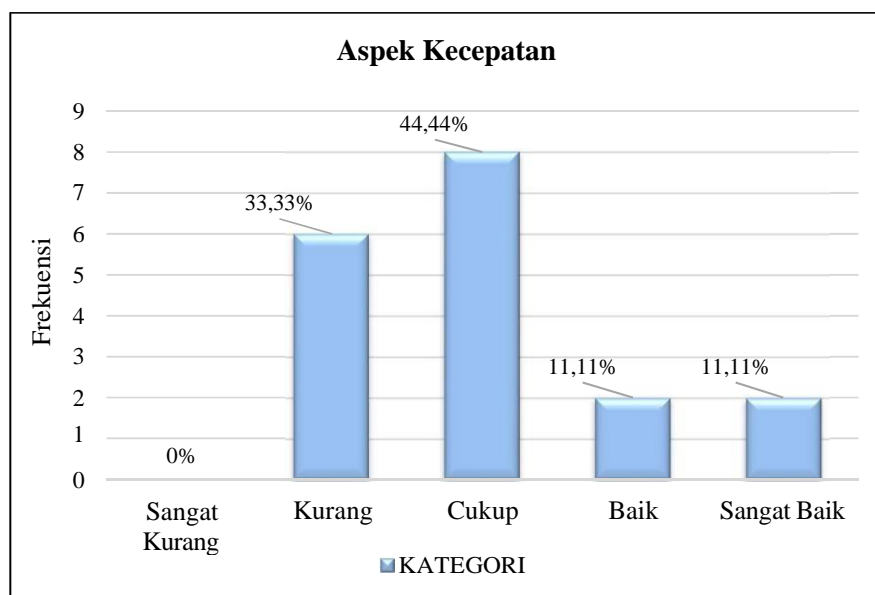
Statistik	
N	18
Mean	16,82
Median	10,43
Mode	12,74
Standar Deviasi	14,08
Minimum	7,21
Maximum	60,12

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, keseimbangan siswa kelas V di SD Negeri Sawit disajikan pada tabel 8 sebagai berikut.

Tabel 8. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Aspek Keseimbangan Siswa Kelas V

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1	37,94 <	Sangat Baik	2	11,11%
2	23,86 – 37,94	Baik	2	11,11%
3	9,78 – 23,85	Cukup	8	44,44%
4	-4,30 – 9,77	Kurang	6	33,33%
5	< -4,30	Sangat Kurang	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>18</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 8 tersebut di atas, kecepatan siswa kelas V di SD Negeri Sawit dapat disajikan pada gambar 5 sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa Kelas V Aspek Keseimbangan

Berdasarkan tabel 8 dan gambar 5 di atas menunjukkan bahwa keseimbangan siswa kelas V di SD Negeri Sawit berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 siswa), “kurang” sebesar 33,33% (6 siswa), “cukup” sebesar 44,44% (8 siswa), “baik” sebesar 11,11% (2 siswa), dan “sangat baik” sebesar 11,11% (2 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 16,82, keseimbangan siswa kelas V di SD Negeri Sawit dalam kategori “**cukup**”.

## 5. Kecepatan

Deskriptif statistik kecepatan siswa kelas V di SD Negeri Sawit didapat skorterdendah(*minimum*) 7,21, skor tertinggi (*maksimum*) 15,38, rerata (*mean*) 10,69, nilai tengah (*median*) 10,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 9,35,*standar deviasi*(SD) 1,95. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Kemampuan MotorikAspek Kecepatan  
Kelas VSD N Sawit

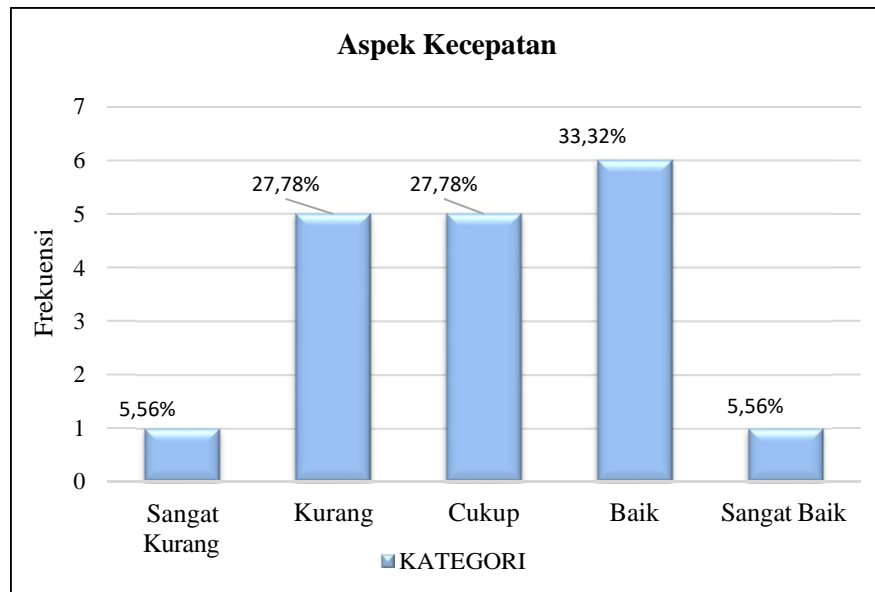
Statistik	
N	18
Mean	10,69
Median	10,50
Mode	9,35
Standar Deviasi	1,95
Minimum	7,21
Maximum	15,38

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kecepatan siswa kelas V diSD Negeri Sawit disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Aspek  
Kecepatan SiswaKelas V

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1	13,61 <	Sangat Baik	1	5,56%
2	11,66 – 13,61	Baik	6	33,32%
3	9,71 – 11,65	Cukup	5	27,78%
4	7,76 – 9,70	Kurang	5	27,78%
5	< 7,76	Sangat Kurang	1	5,56%
Jumlah			18	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 14 tersebut di atas, kecepatan siswakelasV di SD Negeri Sawit dapat disajikan pada gambar 6 sebagai berikut:



Gambar 6. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa Kelas V Aspek Kecepatan

Berdasarkan tabel 14 dan gambar 7 di atas menunjukkan bahwa kecepatan siswa kelas V di SD Negeri Sawit berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 5,56% (1 siswa), “kurang” sebesar 27,78% (5 siswa), “cukup” sebesar 27,78% (5 siswa), “baik” sebesar 33,32% (6 siswa), dan “sangat baik” sebesar 5,56% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 10,69, kecepatan siswa kelas V di SD Negeri Sawit dalam kategori “**cukup**”.

## B. PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik siswa kelas V di SD Negeri Sawit, yang terdiri atas tes kelincahan (*shuttle-run* 4 x 10 meter), tes koordinasi (lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok), tes keseimbangan (*Stork Stand Positional Balance*), dan tes kecepatan (lari 30 meter). Hasil penelitian menunjukkan kemampuan motorik siswa kelas V di SD Negeri Sawit berada pada kategori “cukup”. Hasil rangkuman secara keseluruhan kemampuan motorik siswa kelas V di SD Negeri Sawit, disajikan pada tabel 11:

Tabel 11. Rangkuman Hasil Kemampuan Motorik Siswa Kelas V di SD Negeri Sawit

Kategori	Kelincahan	Koordinasi	Keseimbangan	Kecepatan
Sangat Baik	5,56%	5,56%	11,11%	5,56%
Baik	33,33%	16,67%	11,11%	27,78%
Cukup	33,33%	44,43%	44,44%	27,78%
Kurang	22,22%	27,78%	33,33%	33,32%
Sangat Kurang	5,56%	5,56%	0%	5,56%
Jumlah	100%	100%	100%	100%

Berdasarkan data yang dipaparkan di atas, terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik seseorang, antara lain faktor dari dalam tubuhnya sendiri (faktor intrinsik) dan faktor dari luar kendali (faktor ekstrinsik). Akibatnya, tidak semua orang harus dapat sepenuhnya memahami dan mampu mengendalikan kemampuan motorik mereka, dan setiap orang memiliki kekuatan dan keterbatasan yang unik dalam hal ini. Istilah "faktor intrinsik" mengacu pada kondisi psikologis yang dapat berupa intelektual atau non-intelektual, seperti "biomotor", yang mengacu pada kapasitas tubuh manusia yang dipengaruhi oleh beberapa sistem organ, termasuk sistem neuromuskuler, pernafasan, peredaran darah, energi, tulang, dan persendian. Hampir semua aktivitas gerak olahraga terdiri dari unsur kekuatan, kecepatan, dan gerak kompleks yang membutuhkan keleluasaan persendian. Oleh karena itu, komponen biomotor merupakan representasi lengkap dari kondisi fisik olimpiade. Kekuatan, kecepatan, ketahanan, koordinasi, dan fleksibilitas merupakan beberapa komponen dari sistem biomotor Bompada dalam (Renaldi, & Supriatna, 2017). Sebuah komponen yang berbeda dapat berfungsi sebagai kelanjutan dari beberapa komponen lain untuk mengembangkan desainnya sendiri. Sebagai contoh, kelincahan merupakan hasil dari kecepatan

dengan koordinasi, sedangkan faktor ekstrinsik meliputi lingkungan sosial, rutinitas sehari-hari, kelompok, dan faktor lainnya. Rahyubi (2012, p. 6) menyebutkan beberapa faktor lingkungan, antara lain yang berkaitan dengan agama, cuaca, dinamika keluarga, kesukuan, dan dinamika sosial, yang mempengaruhi perkembangan fisik dan motorik.

Berdasarkan temuan penelitian, terlihat jelas bahwa kemampuan motorik yang dimiliki siswa tentunya sangat dipengaruhi oleh berbagai keadaan. Menurut Hasninda (2014, p. 52), motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. (Novitasari, 2019) menegaskan bahwa motorik kasar adalah jenis aktivitas tubuh yang melibatkan penggunaan otot-otot besar, antara lain yang terlibat dalam merayap, berguling, merangkak, duduk, berdiri, berjalan, berlari, melompat, dan beberapa aktivitas yang berhubungan dengan menendang dan melempar.

Sujiono (2014, p. 68), lingkungan juga mempengaruhi pertumbuhan kendaraan bermotor. Karena rangsangan lingkungan seperti sarana dan prasarana yang menarik, seperti yang ada pada situasi ini, seorang anak dapat berlari ke arah kurva yang dimaksud. Seorang anak akan bersemangat untuk berpartisipasi dalam pengajaran keterampilan motorik di dalam kelas atau bahkan di luar kelas jika hal ini dilakukan dengan pelaksanaan program pendidikan yang ketat. Menurut Rahyubi (2012, p. 226), perkembangan motorik seorang individu bergerak ke arah yang sebaik-baiknya apabila lingkungan tempat ia berada aktif dan kondusif.

Kemampuan motorik juga dipengaruhi oleh faktor mekanik dan faktor fisik. Faktormekanik terdiri dari beberapa unsur, diantaranya: (1) faktor keseimbangan yang terdiri dari: pusat gaya, garis gaya dan dasar penyokong badan; (2) faktor pemberi daya, yang terdiri dari: gerak yang lamban, percepatan, aktivitas/reaksi; (3) faktor penerima daya yang terdiri dari: luas permukaan dan jarak; (4) kemampuan lokomotor, terdiri dari: fase refleks, fase belum sempurna, fase dasar, fase spesialisasi; (5) kemampuan manipulatif; (6) kemampuan yang stabil. Sedangkan faktor fisik terdiri dari unsur-unsur diantaranya: (1) faktor kesegaran jasmani yang terdiri dari: kekuatan, daya tahan aerobik, daya tahan, kelentukan, komposisi tubuh; (2) faktor kesegaran gerak (motor fitness) yang terdiri dari: kecepatan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan daya ledak(power) (Yudanto, 2005, p. 35).

Hasil penelitian ini hanya sebatas menegaskan bahwa ada banyak unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik seseorang karena kemungkinan ada siswa yang bisa menguasai semua unsur-unsur yang ada dalam kemampuan motorik, tetapi bisa juga hanya menonjol dalam satu atau dua unsur saja. Jadi untuk dapat mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap orang.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berlandaskan hasil analisis menurut pembahasan dan olah data maka dalam penelitian tersebut bisa disimpulkan bahwa kategori pada tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas V SDN Sawit secara keseluruhan pada masing-masing kategori diketahui bahwa pada kategori “sangat kurang” sebesar 11,11% (2 siswa), “kurang” sebesar 33,33% (6 siswa), “cukup” sebesar 5,56% (1 siswa), “baik” sebesar 27,78% (5 siswa), dan “sangat baik” sebesar 22,22% (4 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata T skor, yaitu 158,02, siswa kelas V di SD Negeri Sawit dalam kategori “**sangat baik 10**”.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan temuan penelitian di atas maka implikasi pada penelitian ini adalah :

1. Banyak peserta didik yang sudah memiliki tingkat kemampuan motorik yang baik sehingga dapat menunjang dan memudahkan dalam melakukan aktivitas.
2. Hasil penelitian dapat memberikan wawasan bagi siswa, guru dan orangtua agar lebih memperdulikan dan memperkuat agar dapat menambah dan menunjang aktivitas.

### **C. Keterbatasan penelitian**

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

1. Tidak menutup kemungkinan peserta didik kurang bersungguh-sungguh dalam pelaksanaan tes.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil tes kemampuan motorik, yaitu faktor psikologis dan fisiologis
3. Peneliti tidak mengetahui makanan yang dikonsumsi dan waktu mengonsumsi makanan peserta tes sebelumnya.

### **D. Saran**

1. Penelitian hanya melakukan penelitian pada tingkat kemampuan motorik pada peserta didik kelas V, bagi penelitian selanjutnya disarankan sampel penelitian ditambah dan menggunakan variabel penelitian yang lainnya, sehingga diharapkan keterlaksanaan pembelajaran dapat teridentifikasi secara luas.
2. Siswa dengan kategori tingkat kemampuan rendah diharapkan untuk meningkatkan kemampuan dengan belajar serta bimbingan dari guru dan orang tua.
3. Guru dapat memberikan teori dan praktek dalam tingkat kemampuan motorik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, U. A. (2020). Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas V Dan VI Di SD Negeri Kraton Yogyakarta. *Sell Journal*, 5(1), 55.
- Akhiruyanto, A. (2008). Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dengan Pendekatan Permainan 29 JPJI. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(2), 29–33.
- Aquarisnawati, P., Mustami'ah, D., & Rikasari, W. (2011). Motorik Halus Pada Anak Usia Prasekolah Ditinjau Dari Bender Gestalt. *Jurnal Insan*, 13(03), 149–156.
- Ardiansyah, F. (2016). Kemampuan Motorik Dasar Siswa Kelas Iv Dan V Sd N Keraton Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016. *Jurnal Kemampuan Motorik Dasar Tahun 2016*, 2016, 1–9.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asnaldi, Arie, FIK-UNP Zulman, and M. Madri. "Hubungan Motivasi olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman." *Jurnal MensSana* 3.2 (2018): 16-27
- Darmawan, M. (2021). *Tingkat kemampuan motorik peserta didik ekstrakurikuler sepakbola di smp negeri 1 pleret bantul tugas akhir skripsi*.
- Hari Amirullah Rachman. (2004). *Pengembangan Perseptual Motorik Sebagai Dasar Pengembangan Kreativitas*. Yogyakarta: UNY Yogyakarta.
- Harsono. (2014). *Perencanaan Program Latihan*. UPI Bandung
- Harsuki, H. (2003). Perkembangan Olahraga Terkini. *Cakrawala Pendidikan*, 449.
- Hartati, Soleh Solahuddin, and A. I. (2020). Latihan kelincahan dankeseimbangan untuk meningkatkan hasil dribble Sepak Bola. 9(1), 38–46.
- Johanes, M., Louk, & Sukoco, P. (2016). Jurnal Keolahragaan. *Jurnal Keolahragaan*, 4(1), 24–33.
- Kiram, Y. (2016). Belajar Keterampilan Motorik (Edisi Revisi). In *Universitas Negeri Padang*.
- Lutan, R. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Depdikbud Dirjen Dikti PPLPTK.
- Mansoer, Z. (2018). Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Anak Melalui Kegiatan menempel di Kelompok A TKIT Aulia Bekasi Utara. *Jurnal Ilmu*

*Kependidikan*, 9(2), 1–6.

Mustofa, P. S., & Sugiharto. (2020). Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup. *Jurnal Sporta Saintika*, 5(2), 199–218.

Nurhasan. (2007). Tes dan Pengukuran. Jakarta: PT Bina Aksara.

Pratama, M. W. S., Muryadi, A. D., & Hakim, A. R. (2022). Tingkat Kemampuan Motorik Dan Perseptual Motorik Pada Siswa Ekstrakurikuler Permainan Sepak Bola Di Sma Negeri 3 Klaten Tahun 2021. *JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 8(1), 63–73. <https://doi.org/10.36728/jip.v8i1.1780>

Rahmatha, Asadea. (2020). Pengaruh core stability Exercise terhadap keseimbangan dinamis pemain basket SMPN 1 lawang. Unuversitas Muhammadiyah Malang. *Skripsi*. Diakses pada tanggal 29 Mei 2023.

Ramadhan, F. (2016). Tingkat Kemampuan Motorik Dan Perseptual Motorik Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di Sekolah Dasar Muhammadiyah Tonggalan Klaten. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 5(4).

Rinaldi, M. S. (2019). Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas Di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates Tahun 2018/2019. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Olahraga*, 2 (2-5).

Sarah, S., Rusdiyani, I., & Maryani, K. (2021). Pengaruh model pembelajaran kooperatif teknik inside outside circle terhadap keterampilan motorik kasar. *Jurnal Audhi*, 3(2).

Sasmita, Ridwan Aji. (2015). Pengaruh Latihan Zig-Zag Run Terhadap Kecepatan Lari Pemain Futsal. *Diss. Universitas Muhammadiyah Surakarta*.

Sepriadi, S. (2017). Kontribusi Status Gizi dan Kemampuan Motorik terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 194–206.

Sopyan, Arga Muhamad. (2018). Dampak Latihan Bounce and Catch Terhadap Peningkatan Koordinasi Mata-Tangan: Studi eksperimen pada penjaga gawang PS UPI. *Diss. Universitas Pendidikan Indonesia*. *Skripsi*. Diakses pada tanggal 29 Mei 2023.

Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (27<sup>th</sup> ed.). Alfabeta.

Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta.

Sudirjo, Encep, and Muhammad Nur Alif. (2018).  
Pertumbuhan dan

Perkembangan Motorik: Konsep Perkembangan dan Pertumbuhan Fisik dan Gerak Manusia. UPI Sumedang Press.

- Sulaksono, G. (2021). Analisis Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Pojok I Kecamatan Kwadungan Kabupaten Ngawi Tahun 2019/2020. *Journal of Education and Sport Science*, 2(1).
- Sunryanti, P. E., & Indrayasa, K. B. (2021). Meningkatkan Kemampuan Motorik Anak Usia Dini Melalui Latihan Yoga Asanas. *Purwadita Jurnal Agama Dan Budaya*, 5(1), 31–42.
- Widiastuti, W. (2019). Tes dan pengukuran olahraga. Rajawali Pers.
- Yanti, E., & Fridalni, N. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika*, 11(2).
- Yanuar, I. (2010). Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas SD Muhammadiyah Tamantirto Kasihan Bantul. *Jurnal Ilmu Keolahragaan. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Zulvikar, J. (2016). Pengaruh Latihan Core Stability Statis (Plank dan Side Plank) dan Core Stability Dinamis (Side Lying Hip Abduction dan Oblique Crunch) Terhadap Keseimbangan. *Journal of Physical Education, Health, and Sport*. 3(2), 96–103

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

13/07/23, 10:09

SURAT IZIN PENELITIAN

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fki.uny.ac.id E-mail: humas\_fki@uny.ac.id

Nomor : B/1421/UN34.16/PT.01.04/2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. Iqbal Maulana kepada Kepala sekolah SD Negeri Sawit Panggungharjo Sewon Bantul

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

Nama : Iqbal Maulana

NIM : 19604224008

Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - SI

Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)

Judul Tugas Akhir : TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KHUSUS SEPAK BOLA PADA PESERTA DIDIK KELAS V SD NEGERI SAWIT PANGGUNGHARJO SEWON BANTUL

Waktu Penelitian : Selasa - Kamis, 18 - 20 Juli 2023

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, Kemahasiswaan dan Alumni,



Das Guntur, M.Pd.  
NIP 19810926 200604 1 001

Tembusan :  
1. Kepala Layanan Administrasi;  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>

## Lampiran 2. Dokumentasi Kegiatan Penelitian



Pelaksanaan lari 30 meter



Pelaksanaan lempar tangkap bola





pelaksanaan *position and balance*



pelaksanaan tes lari 4 x 10 meter

[illegible]