

**PERBEDAAN KEMAMPUAN MOTORIK UNSUR KECEPATAN
PESERTA DIDIK DI PEDESAAN DAN DI PERKOTAAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapat gelar Sarjana
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Oleh:

**KARTIKA SARI
NIM 19604221072**

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

PERBEDAAN KEMAMPUAN MOTORIK KECEPATAN PESERTA DIDIK DI PERDESAAN DAN DI PERKOTAAN

Oleh:

Kartika Sari

19604221072

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kemampuan motorik unsur kecepatan peserta didik di pedesaan dan di perkotaan di SD Negeri Kraton dan MI Al-Hadi II.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode komparasi dengan pendekatan tes. Subjek dari penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas IV di SD Negeri Kraton Kota Yogyakarta dan MI Al-Hadi II Kabupaten Bantul, yang jumlah seluruhnya adalah 30 responden. Teknik pengambilan data menggunakan instrumen berupa tes kecepatan lari. Teknik analisis data dengan uji komparasi menggunakan analisis uji beda mean.

Penelitian ini menunjukkan rata-rata kecepatan lari peserta didik di pedesaan sebesar 9,850 detik. Sedangkan kecepatan lari peserta didik di perkotaan memiliki rata-rata sebesar 11,028 detik. Hasil tersebut berarti bahwa terdapat perbedaan rata-rata antara kecepatan lari peserta didik di pedesaan dengan peserta didik di perkotaan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik unsur kecepatan peserta didik di pedesaan lebih baik daripada peserta didik di perkotaan.

Kata kunci: perbedaan, kecepatan, peserta didik, pedesaan dan perkotaan

DIFFERENCES IN THE SPEED MOTORIC ABILITY BETWEEN THE STUDENTS IN THE VILLAGE AND IN THE CITY

Abstract

This research aims to determine the differences in the motoric ability of speed elements of students in rural areas and in urban areas at SD Negeri Kraton (Kraton Elementary School) and MI Al-Hadi II (Al-Hadi II Islamic Elementary School).

This research was a quantitative study with a comparative method with a test approach. The research subjects were all fourth grade students of SD Negeri Kraton, Yogyakarta City and MI Al-Hadi II, Bantul Regency, with a total of 30 respondents. The data collection technique used an instrument in the form of a running speed test. The data analysis techniques were the comparative tests using analysis of the mean difference test.

This research shows that the average running speed of students in the village is for about 9.850 seconds. While the running speed of students in city areas has an average of 11.028 seconds. These results mean that there is an average difference between the running speed of students in the village and those students in the city areas. Hence, it can be concluded that the speed motor skills of the students in the village areas are better than students in city areas.

Keywords: differences, speed, students, village and city

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kartika Sari

NIM : 19604221072

Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul TAS : Perbedaan Kemampuan Motorik Kecepatan Peserta Didik
di Pedesaan dan di Perkotaan

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

Yogyakarta, 15 Juli 2023

Yang Menyatakan



Kartika Sari

NIM 19604221072

LEMBAR PERSETUJUAN

PERBEDAAN KEMAMPUAN MOTORIK KECEPATAN PESERTA DIDIK DI PEDESAAN DAN DI PERKOTAAN

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**KARTIKA SARI
NIM 19604221072**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

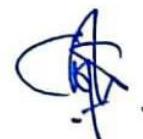
Tanggal: Juli 2023

Koordinator Program Studi

Dosen Pembimbing,



Dr. Hari Yuliarto, M. Kes.
NIP. 196707011994121001



Dr. Hari Yuliarto, M. Kes.
NIP. 196707011994121001

LEMBAR PENGESAHAN

PERBEDAAN KEMAMPUAN MOTORIK UNSUR KECEPATAN PESERTA DIDIK DI PEDESAAN DAN DI PERKOTAAN

Tugas Akhir Skripsi

Kartika Sari
NIM 19604221072

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 7 Agustus 2023

Nama/jabatan

Dr. Hari Yuliarto, M.Kes.
Ketua Pengaji/Pembimbing

Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or.
Sekretaris Pengaji

Drs. R. Sunardianta, M.Kes.
Pengaji Utama

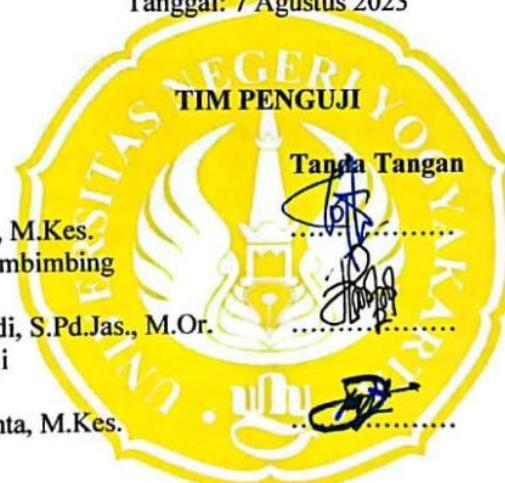
Tanda Tangan

Tanggal

14/8/2023

9/8/2023

9/8/2023



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

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

MOTTO

“Semua kerja keras tidak ada yang sia-sia”

(Kartika Sari)

“Cobalah semua kegagalan agar kamu dapat merasakan manisnya kemenangan”

(Kartika Sari)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya yang saya buat ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Miskijan dan Ibu Juminten yang selalu mendoakan kesuksesan dan memberikan semangat tiada henti. Terimakasih atas segala perjuangan dan pengorbanannya.
2. Kakak saya, Riswanto dan Suci Romadhoningtyas yang senantiasa memberikan motivasi serta doa untuk terus berjuang.
3. Adik saya Nadia Khoirunnisa yang mendoakan saya dan memberikan semangat selama proses mengerjakan skripsi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia Nya, sehingga dapat terselesaikan Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Perbedaan Kemampuan Motorik Kecepatan Peserta didik di Pedesaan dan di Perkotan”. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak terlepas dari bimbingan Bapak Dr. Hari Yuliarto, M. Kes., selaku dosen pembimbing sekaligus Koordinator Prodi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar serta dengan bantuan dan kerjasama dengan berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

- 1 Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh studi di Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.
- 2 Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan S., M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
- 3 Tim Pengujii yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.
- 4 Kepala sekolah, Guru PJOK, para Guru dan staf di SD Negeri Kraton serta MI Al-Hadi II yang telah memberikan izin, tempat, waktu dan membantu selama proses pengambilan data Tugas Akhir Skripsi ini.

- 5 Teman terdekat saya yang sudah memberikan bantuan, semangat dan dorongan.
- 6 Semua pihak yang telah membantu saya memberikan semangat dan dorongan selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi saya sehingga dapat terselesaikan.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan dapat menjadikan amal serta ibadah. Kemudian penulis menyadari bahwa Tugas Akhir Skripsi ini memiliki banyak kekurangan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membantu. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk pihak-pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, 15 Juli 2023

Kartika Sari

NIM. 19604221072

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN	viii
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Hasil Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Kajian Teori	7
1. Hakikat Pendidikan Jasmani	7
2. Hakikat Gerak	10
3. Kemampuan Motorik.....	14
4. Hakikat Kecepatan	21
5. Pedesaan dan Perkotaan.....	30
B. Penelitian yang Relevan.....	33
C. Kerangka Berfikir.....	34
D. Hipotesis	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	36
A. Desain Penelitian.....	36
B. Tempat Penelitian.....	36
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
D. Definisi Operasional Variabel	37
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	37

F. Teknik Analisis Data	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Deskripsi Data Penelitian.....	43
B. Hasil Pengujian Komparasi.....	47
C. Pembahasan	48
BAB V KESIMPULAN	50
A. Kesimpulan	50
B. Implikasi	50
C. Keterbatasan.....	51
D. Saran-saran	51
DAFTAR PUSTAKA	533
LAMPIRAN	555

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi Pedesaan dan Perkotaan	32
Tabel 2. Norma Kecepatan Lari 40 Meter	38
Tabel 3. Hasil Uji Normalitas.....	41
Tabel 4. Hasil Klasifikasi Kelurahan Kraton.....	44
Tabel 5. Hasil Klasifikasi Kelurahan Bangunjiwo.....	45
Tabel 6. Hasil Tes Kecepatan Lari 40 Meter.....	46
Tabel 7. Hasil Uji <i>One Way</i> ANNOVA.....	47

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Teori Kibernetik.....	18
Gambar 2. <i>Interval Sprint</i>	28
Gambar 3. <i>Acceleration Sprint</i>	29
Gambar 4. Lari dengan Beban.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pembimbing Tugas Akhir.....	56
Lampiran 2. Kartu Bimbingan TAS.....	57
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian SD Negeri Kraton.....	58
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian MI Al-Hadi II.....	59
Lampiran 5. Surat Balasan Penelitian	60
Lampiran 6. Data Hasil Tes Kecepatan Lari 40 Meter.....	61
Lampiran 7. Data Hasil Uji Normalitas	62
Lampiran 8. Hasil Uji <i>One Way</i> ANNOVA	63
Lampiran 9. Dokumentasi Tes Kecepatan Lari SD Negeri Kraton	64
Lampiran 10. Dokumentasi Tes Kecepatan Lari di MI Al-Hadi II	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia dan pendidikan adalah dua hal yang saling berkaitan. Pendidikan memiliki subjek yaitu manusia. Sementara manusia membutuhkan pendidikan untuk mengembangkan kemampuannya. Kemampuan tersebut dikembangkan untuk mempermudah pelaksanaan kehidupan dan mengatasi masalah yang kemungkinan terjadi didalamnya. Undang-Undang Republik Indonesia tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang memuat visi, misi, fungsi serta tujuan pendidikan di Indonesia, menyebutkan bahwa pendidikan adalah sebuah sistem yang diupayakan untuk memberdayakan dan mengembangkan manusia agar lebih berkualitas dan produktif.

Kualitas dan produktivitas manusia dapat ditingkatkan dengan pendidikan serta dan melakukan mengembangkan potensi yang dimilikinya. Potensi berasal dari serapan Bahasa Inggris yaitu *potencial* yang berarti kekuatan; kemungkinan. Sehingga potensi memiliki arti bahwa manusia memiliki sebuah kekuatan di bidang tertentu yang mungkin bisa dikuasai dengan baik apabila dikembangkan dengan baik pula.

Setiap manusia memiliki potensi yang berbeda-beda karena keadaan seseorang yang berbeda. Contoh keadaannya ialah sosial, ekonomi, kebiasaan, tempat tinggal, dan berbagai hal lain. Karenanya, potensi harus diketahui sejak dini guna memaksimalkan pengembangan yang akan dilakukan kedepannya. Salah satu potensi yang dikembangkan adalah potensi olahraga.

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dilakukan untuk mengolah tubuh menjadi lebih baik. Olahraga di lingkungan sekolah dilakukan melalui pembelajaran pendidikan jasmani. Iyakrus (2018) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani adalah sebuah pendidikan melalui proses adaptasi aktivitas-aktivitas jasmani seperti organ tubuh, neuromoscular, intelektual, sosial, cultur, emosional, dan etika. Proses adaptasi yang dimaksud adalah adaptasi terhadap kolaborasi berbagai organ tubuh untuk melakukan sebuah aktivitas fisik. Seluruh organ bekerja saling bersinergi untuk membantu memaksimalkan gerakan yang digunakan dalam olahraga.

Pendidikan jasmani yang dilakukan di sekolah bertujuan untuk mengembangkan kognitif, afektif, dan psikomotor yang baik melalui aktivitas fisik (Rosmi, 2016). Pembelajaran pendidikan jasmani ini diharapkan dapat membina dan melatih kemampuan gerak anak menjadi lebih baik. Namun, tidak semua peserta didik memiliki kemampuan gerak yang baik. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor tersebut contohnya asupan gizi, lingkungan, kebiasaan, dan lain-lain. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan tersebut juga adalah tempat tinggal.

Faktor tempat tinggal di daerah perkotaan maupun pedesaan dapat menghasilkan beberapa hal yang dapat dijadikan sebagai faktor pendukung ataupun penghambat terlaksananya tujuan pendidikan. Keluarga di perkotaan cenderung memperhatikan pendidikan anaknya karena mengetahui bahwa lapangan pekerjaan yang ada di daerah perkotaan membutuhkan sumber daya manusia yang berpendidikan dan berkompeten dalam bidang yang dibutuhkan. Selain itu, dengan

pendidikan yang baik maka akan bertambah pula kemampuan yang dimilikinya (Gibson, 2013). Namun, pengertian pendidikan oleh kebanyakan orang hanya diartikan sebagai prestasi akademik saja. Karenanya, banyak anak yang dituntut untuk menjadi seorang yang pandai terutama dalam bidang akademik. Padahal di dalam pendidikan tak hanya ada bidang akademik, namun ada bidang non-akademik juga.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan saat melaksanakan Praktik Kependidikan di SD Negeri Kraton dan mengajar di MI Al-Hadi II, diketahui bahwa minat mengikuti pembelajaran jasmani di sekolah pedesaan dan perkotaan berbeda. Banyak peserta didik di daerah perkotaan yang malas melakukan aktivitas fisik berlebih. Sedangkan sekolah di daerah pedesaan cenderung lebih aktif dan bersemangat terhadap pembelajaran yang menggunakan aktivitas fisik. Keaktifan peserta didik dilihat dari kemauan peserta didik dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani sesuai materi yang diajarkan. Selain minat, kemampuan peserta didik juga menjadi salah satu faktor yang dibandingkan.

Beberapa anak di SD Negeri Kraton mengalami kesulitan untuk berlari dengan kencang. Selain itu, ada juga yang lebih suka duduk-duduk dan mengobrol saat pembelajaran olahraga berlangsung. Walaupun tidak semua anak seperti itu namun sebagian besar anak, terutama di kelas besar, lebih suka olahraga yang tidak menghabiskan banyak tenaga seperti voli. Sebaliknya, peserta didik di MI Al-Hadi II cenderung antusias serta lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran aktivitas fisik, terutama saat berlari. Hal tersebut menghasilkan hipotesis bahwa peserta didik yang

ada di daerah perkotaan memiliki kemampuan biomotor yang kurang baik jika dibandingkan dengan peserta didik yang ada di pedesaan.

Setelah melakukan observasi, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap kemampuan motorik unsur kecepatan pada peserta didik yang ada di pedesaan dan di perkotaan. Penulis memiliki hipotesis bahwa kemampuan motorik unsur kecepatan dari peserta didik di pedesaan lebih baik daripada peserta didik yang ada di perkotaan. Hal tersebut berdasar pada motivasi peserta didik di pedesaan yang juga lebih baik daripada peserta didik di perkotaan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

- a. Beberapa peserta didik, baik di daerah pedesaan maupun perkotaan, kurang memiliki semangat untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.
- b. Semangat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri Kraton terlihat lebih rendah dibandingkan dengan peserta didik di MI Al-Hadi II.
- c. Sebagian peserta didik, baik di SD Negeri Kraton maupun MI Al-Hadi II, terlihat kesulitan dalam berlari cepat (*sprint*).
- d. Kemampuan berlari cepat peserta didik di perkotaan lebih rendah daripada di pedesaan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, mengingat luasnya permasalahan serta keterbatasan ilmu dari penulis. Peneliti di sini hanya

fokus membahas perbedaan kemampuan motorik unsur kecepatan dan faktor penyebabnya di SD Negeri Kraton dan MI Al-Hadi II. Selain itu, peneliti tidak menggunakan alat ukur yang terkalibrasi yang sesuai dengan standar internasional. Peneliti menggunakan alat ukur panjang berupa penggaris berukuran satu meter dan alat ukur waktu *stopwatch* yang ada di *handphone*. Karenanya, hasil pengukuran bisa saja memiliki sedikit perbedaan dengan keadaan aslinya.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini : “Apakah ada perbedaan kemampuan motorik peserta didik di pedesaan dan di perkotaan?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian bertujuan untuk mengetahui perbedaan kecepatan lari di pedesaan dan di perkotaan antara SD Negeri Kraton dan MI Al-Hadi II.

F. Manfaat Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini secara teoritis diharapkan menjadi bahan salah satu kajian ilmiah dalam mengetahui perbedaan kemampuan motorik peserta didik di pedesaan dan perkotaan.

- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sebuah gambaran bagi calon pendidik tentang perbedaan kemampuan motorik kecepatan di daerah pedesaan dan perkotaan.
- c. Penelitian yang dilakukan harapannya dapat menambah wawasan bagi guru terkait perbedaan kemampuan motorik kecepatan peserta didik di daerah perkotaan dan pedesaan.
- d. Dengan penelitian ini, peneliti mendapat jawaban yang konkret tentang suatu masalah yang berkaitan dengan judul penelitian.

2. Manfaat secara Praktis

a. Bagi peserta didik

Dapat meningkatkan pemahaman peserta didik tentang kemampuan motorik terutama kecepatan. Selain itu, peserta didik dapat mengetahui cara mengukur kemampuan motorik kecepatan melalui latihan serta berapa hasil yang dibutuhkan untuk mencapai kemampuan yang baik.

b. Bagi guru

Meningkatkan pengetahuan guru dalam memahami karakteristik peserta didik baik di perkotaan maupun di pedesaan. Kemudian dapat memberikan gambaran kepada guru kondisi kemampuan motorik kecepatan peserta didik guna mendukung pengembangan kemampuan serta prestasi anak

c. Bagi peneliti

Diharapkan hasil penelitian dapat digunakan bagi yang akan meneliti terkait kemampuan motorik kecepatan sebagai acuan dasar untuk mengetahui atau mengkaji penelitian yang lebih mendalam.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan adalah salah satu kebutuhan hidup yang penting dan diperlukan untuk mengembangkan kompetensi manusia melalui pembelajaran. (Wandi, 2019). Pendidikan termasuk dalam proses hidup dan interaksi manusia dengan lingkungannya. Hal tersebut dilakukan dalam rangka mengembangkan seluruh potensi yang dimiliki sesuai dengan tahapan perkembangan agar berjalan lebih baik. Pengembangan potensi dilakukan untuk menciptakan manusia yang berkualitas dan produktif sesuai dengan . Undang-Undang Republik Indonesia tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional tentang tujuan pendidikan di Indonesia.

Pendidikan tidak hanya terfokus ke dalam akademik, namun non-akademik juga diperhatikan. Pendidikan akademik dilakukan untuk mengasah tentang pengetahuan eksak dan bahasa serta beberapa ilmu pengetahuan lain. Sedangkan pendidikan non-akademik dipelajari untuk mengasah keterampilan peserta didik. Keterampilan yang dimaksud adalah keterampilan seni, olahraga, dan lainnya. Dalam mengasah keterampilan olahraga, pendidikan di Indonesia menggunakan pembelajaran jasmani sebagai media pendukung serta pengembangnya. Adanya pendidikan jasmani dapat membantu orangtua untuk mengetahui potensi olahraga serta pembinaan fisik bagi anak-anaknya untuk senantiasa ditingkatkan sesuai kebutuhan.

Pendidikan nasional memiliki tujuan untuk menumbuhkembangkan pribadi-pribadi yang (1) beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, (2) berakhhlak mulia, (3) memiliki pengetahuan dan keterampilan, (4) memiliki kesehatan jasmani dan rohani, (5) memiliki kepribadian yang mantap dan mandiri, serta (6) memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Berdasarkan isi dari Undang-Undang No.20 Tahun 2003, pendidikan jasmani memiliki peranan penting untuk meningkatkan kesehatan jasmani. Melalui pendidikan jasmani dapat memberikan pengembangan dalam membantu kesehatan jasmani peserta didik untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Selain itu, peserta didik juga dapat mengetahui kiat-kiat yang dapat dilakukan untuk mengembangkan dirinya menjadi lebih berkualitas dan produktif melalui aktivitas jasmani.

Anak usia sekolah dasar merupakan anak yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan sehingga membutuhkan pembinaan dan bimbingan (Awwaliyah, 2015). Pendidikan jasmani di sekolah memiliki peranan penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk turut terlibat langsung dalam pelaksanaan proses belajar mengajar yang di penuhi oleh aktivitas fisik atau gerak. Sehingga para peserta didik dapat meningkatkan kemampuan motorik melalui pembelajaran pendidikan jasmani. Selain itu, peserta didik juga dapat mengeksplorasi kemampuan fisiknya guna mengetahui bakat serta potensi olahraga yang mungkin dimilikinya. Potensi olahraga dapat terlihat ketika ia sering melakukan olahraga yang disukainya.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, peserta didik diharapkan bisa membina tubuhnya menjadi lebih aktif. Hal tersebut berguna untuk meningkatkan kesehatan tubuhnya. Dengan memiliki kesehatan tubuh yang baik, maka anak dapat melakukan pembelajaran dengan lebih maksimal. Selain itu, dengan tubuh yang sehat, anak dapat bermain dan melaksanakan aktivitas fisik dengan bahagia. Kebahagiaan tersebut dapat membawa peserta didik menjadi lebih fokus dan semangat dalam menerima pembelajaran lain.

Pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan di sekolah pada dasarnya adalah media pemenuh hasrat bagi anak untuk melakukan gerak bebas (Murwat, 2021). Peserta didik di usia sekolah dasar memiliki kemauan dan kesenangan yang lebih besar dalam bermain. Hal tersebut bersimbiosis mutualisme dengan kebutuhan fisik anak untuk dikembangkan supaya lebih baik lagi kedepannya.

Kemudian peserta didik juga memiliki banyak energi yang harus disalurkan. Energi tersebut muncul secara alami dari dalam diri anak. Apabila kebutuhan geraknya tidak terpenuhi, maka anak bisa saja memiliki emosi yang tidak stabil, kurang percaya diri, memiliki konflik dengan dirinya sendiri, hingga memiliki emosi yang negatif (Eliasa, 2012). Karenanya, aktivitas sangat diperlukan untuk peserta didik terlebih di saat usia sekolah dasar. Aktivitas fisik yang dilakukan oleh peserta didik secara tidak langsung juga dapat meningkatkan kemampuan motoriknya. Kemampuan motorik yang bagus akan membawa peserta didik menjadi lebih mudah dalam melakukan berbagai aktivitas pembelajaran, terutama aktivitas olahraga di sekolah

Pendidikan jasmani adalah sebuah pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik di luar ruangan. Pendidikan jasmani sangat penting dilakukan karena peserta didik memiliki banyak energi yang harus disalurkan ke dalam berbagai bentuk gerak dalam bermain. Selain itu, peserta didik juga bisa menyalurkan energi-energi negatif yang dimilikinya ke dalam aktivitas fisik untuk diolah menjadi energi yang lebih positif. Kemudian pendidikan jasmani juga merupakan sebuah wadah yang dapat digunakan untuk menyalurkan potensi atau bakat yang dimilikinya. Dengan adanya pendidikan jasmani juga dapat menjadi sarana pengembangan bakat yang dimiliki. Selanjutnya dengan pendidikan jasmani, peserta didik juga dapat mengetahui kiat-kiat yang dapat digunakan untuk mengembangkan bakatnya.

2. Hakikat Gerak

Dalam kehidupan manusia, gerak adalah aktivitas yang melekat di dalam kehidupan manusia. Tanpa gerak, manusia akan hidup secara pasif. Setiap hari manusia melakukan gerakan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Gerakan yang dilakukan tubuh manusia adalah gerakan yang kompleks. Gerak antar organ tubuh bekerja saling bersinergi. Contohnya adalah gerakan manusia dalam bernafas. Paru-paru tidak bisa bergerak sendiri tanpa bantuan sekat diafragma atau otot perut. Selain itu, organ terkecilnya seperti alveoli pun juga bergerak untuk melakukan pergantian oksigen menjadi karbondioksida.

Gerak memiliki tujuan untuk melaksanakan aktivitas dalam hidup. Kiram (2019) menyatakan bahwa gerak memiliki dua fungsi. Fungsi pertama

adalah gerak sebagai tujuan. Gerak sebagai tujuan umumnya terjadi dalam dunia olahraga. Gerak dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu. Misalkan saja tujuan dari gerakan senam adalah harmoni dan keindahan. Gerakan tersebut diperindah guna mendapatkan penilaian yang baik tentang gerakan yang dilakukan. Adapun gerak sebagai alat dilakukan bukan untuk dinilai keindahannya, namun untuk mendukung tujuan yang diinginkan. Gerak tersebut contohnya gerakan saat makan dilakukan untuk memenuhi kebutuhan perut yang lapar supaya kenyang.

Dalam ilmu fisika, gerak merupakan perpindahan benda dari satu tempat ke tempat lain yang dapat diamati secara objektif. Kiram (2019) mempertegas pendapatnya bahwa gerak memiliki banyak tujuan sesuai dengan kehendak orang yang menggerakkan badannya. Hal tersebut terjadi atas koordinasi sistem syaraf sebagai pemerintah sistem gerak manusia. Urutan terjadinya gerak ialah tubuh menerima rangsang, kemudian otak menerima sinyal bahwa ada rangsangan yang mengenai tubuh. Selanjutnya otak memberikan sinyal untuk melakukan respon dan terjadilah gerak.

Gerak dapat dibedakan lagi menjadi dua jenis. Gerak sadar dan tidak sadar. Gerak sadar adalah gerak yang diinginkan oleh tubuh melalui perintah dari otak. Contoh gerak tersebut adalah gerakan lari, makan, mandi, dan aktivitas sadar lainnya. Sedangkan gerak tidak sadar adalah gerak tubuh yang secara tidak langsung diperintahkan oleh otak kepada tubuh. Gerak tersebut bisa jadi adalah sebuah sinyal dari tubuh untuk menghindari bahaya. Selain itu,

gerak tidak sadar juga adalah antisipasi tubuh dalam menangani tahanan secara tidak sadar untuk menghindari cidera.

Gerak merupakan elemen penting dalam kehidupan manusia. Gerak merupakan ciri kehidupan serta memelihara gerak adalah mempertahankan hidup. Meningkatkan kemampuan gerak sama dengan meningkatkan kualitas hidup (Giriwijoyo & Sidik, 2013). Hal tersebut dikarenakan semua kegiatan yang dilakukan manusia dalam memenuhi kebutuhan hidup menggunakan gerak. Oleh karenanya, kemampuan gerak perlu ditingkatkan guna mempermudah kehidupan.

Untuk memberikan definisi operasional tentang gerak dalam penelitian ini, maka pembahasan gerak terbatas dalam gerak tubuh manusia. Dengan batasan tersebut maka bisa diambil penjelasan bahwa gerak adalah suatu kegiatan perpindahan posisi, tempat, dan kecepatan tubuh. Manusia memiliki banyak kebutuhan yang bisa dipenuhi dengan melakukan gerak. Selain memenuhi kebutuhan, gerak juga dapat digunakan untuk membina tubuh yang sehat yaitu dengan bergerak melalui olahraga

Gerak dalam olahraga bermanfaat untuk menyehatkan tubuh. Tubuh yang jarang bergerak dapat menimbulkan banyak penyakit dan permasalahan. Hal demikian terjadi karena tubuh memiliki banyak sistem yang harus selalu berputar dan saling bekerjasama. Apabila ada satu saja sistem yang terhenti, maka akan mempengaruhi sistem yang lain. Selain itu, apabila kita tidak melakukan gerak maka kalori dalam tubuh tidak akan terbakar dengan optimal. Kalori yang tidak dibakar akan disimpan dalam bentuk cadangan lemak dan

bisa menimbulkan organ-organ tubuh sehingga mengganggu kerja organ-organ tubuh yang dihinggapinya.

Pada dasarnya gerak dasar manusia adalah jalan, lari, lompat, dan lempar (Syarifudin dalam Hanief, 2017). Bentuk gerak dasar tersebut telah dimiliki oleh peserta didik yang ada disekolah dasar, bahkan yang berada di kelas bawah. Ada tiga macam gerak yaitu gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif. Gerak lokomotor adalah gerak yang berpindah tempat seperti berjalan, berlari, dan melompat ke depan. Kemudian gerak nonlokomotor adalah gerak yang tidak berpindah tempat seperti jalan di tempat, berdiri sambil mengayunkan tangan, dan lari di tempat. Sedangkan gerak manipulatif adalah gerakan yang dilakukan dengan menggunakan alat seperti berlari sambil menendang bola, lempar tangkap bola, melakukan lompat tali, dan lain sebagainya.

Penting sekali bagi manusia untuk melakukan gerak guna pembakaran kalori. Gerak sedikit namun konstan lebih baik daripada tidak bergerak sama sekali. Gerakan sekecil apapun dapat membakar kalori serta mendukung terjadinya metabolisme tubuh. Semakin besar usaha yang digunakan dalam melakukan gerak, maka pembakaran kalorinya juga akan semakin banyak. Namun demikian, gerak juga harus dilakukan dengan hati-hati supaya tidak merusak organ tubuh yang lain. Apabila dalam bergerak sudah merasakan capek yang berlebih, diharapkan untuk beristirahat terlebih dahulu untuk memberikan ruang bagi organ tubuh lainnya menyesuaikan kemampuannya.

3. Kemampuan Motorik

Motorik dan gerak memiliki pengertian yang bisa hampir sama. Keduanya memiliki keterkaitan yang tak bisa dipisahkan. Baik motorik ataupun gerak sama-sama memiliki hubungan sebab akibat. Gerak dapat terjadi karena adanya kemampuan motorik yang dimiliki oleh tubuh. Namun demikian, perlu adanya pembahasan yang dilakukan untuk membatasi keduanya dan menjelaskan sebab akibat yang dimaksud.

Kemampuan motorik dimiliki dari lahir dan dapat terus berkembang seiring dengan usia seseorang. Semakin tua seseorang maka akan semakin kompleks kemampuan motoriknya. Walau demikian, kemampuan motorik dapat ditingkatkan dengan pembinaan dan latihan sesuai porsi seseorang. Latihan dapat membantu perkembangan motorik menjadi lebih baik walaupun masih dalam usia dini.

Kemampuan motorik dibedakan menjadi dua jenis yaitu kemampuan motorik kasar dan halus. Keduanya bekerja dengan porsi dan tujuannya masing-masing. Motorik kasar digunakan dalam aktivitas fisik yang lebih berat seperti berlari. Sedangkan motorik halus digunakan dalam aktivitas fisik yang lebih rendah intensitasnya seperti menggambar. Widi (2015) menjelaskan bahwa perkembangan motorik kasar adalah bagian dari aktivitas otot-otot besar seperti merangkak, berlari, lompat tinggi, dan lain sebagainya. Sedangkan motorik halus adalah bagian dari aktivitas motorik yang melibatkan gerak dari otot-otot kecil misalkan menggambar, menulis, melambaikan tangan, dan lain-lain.

Kemampuan motorik kecepatan masuk di dalam kemampuan motorik kasar karena melibatkan otot-otot besar dalam pelaksanaannya. Selain itu, saat melakukan tes kecepatan juga memerlukan energi yang besar untuk menunjang kemaksimalan hasil dalam berlari. Saat menginginkan kecepatan maksimal maka diperlukan daya ledak otot yang besar untuk mendapatkan kekuatan awal dengan cepat.

Lebih lanjut, Kiram (2019) memberikan penjelasan bahwa motorik memiliki pengertian sebagai suatu rangkaian peristiwa laten yang tidak dapat diamati dari luar. Rangkaian peristiwa yang dimaksud adalah proses-proses pengendalian dan pengaturan fungsi-fungsi dari organ tubuh baik secara psikis maupun fisiologis. Yang dimaksud dengan peristiwa laten atau tersembunyi tersebut adalah proses yang terjadi didalamnya. Proses dimulai dari penerimaan stimulus atau rangsangan dari luar dan dilanjutkan oleh sistem syaraf ke otak untuk diolah informasinya. Kemudian setelah informasi didapatkan, terjadi proses pengambilan keputusan oleh otak dan dilanjutkan dengan penyaluran keputusan berupa dorongan untuk melakukan sesuatu sebagai bentuk respon.

Kegiatan penerimaan rangsang hingga pemberian respon terjadi tanpa bisa dilihat dengan mata. Hal tersebut dilakukan di dalam tubuh manusia dengan sangat cepat. Setelahnya, respon yang diberikan oleh proses motorik tersebut menghasilkan gerak yang biasanya dapat dilihat oleh mata. Contohnya ketika ada nyamuk yang menggigit, kemudian setelah merasakan gigitan atau gatal, anggota tubuh berusaha mengusir nyamuk karena tubuh merasa terganggu.

Untuk mengetahui lebih lanjut tentang proses aksi-aksi motorik, maka dapat dikaji Teori Kibernetik. Teori Kibernetik adalah teori yang dikembangkan melalui teori pengolahan informasi dan komunikasi. Teori ini secara garis besar membahas tentang proses datangnya stimulus, kemudian dilanjutkan dengan munculnya presepsi atau ingatan masalalu, dan proses pengambilan keputusan serta melakukan gerak atau respon. Semua hal tersebut adalah proses terjadinya gerak (aksi-aksi motorik).

Respon didapatkan dari adanya stimulus atau rangsangan yang diterima oleh tubuh manusia. Ada lima komponen stimulus yang dapat mempengaruhi respon, yaitu:

1. Optik

Komponen optik atau penglihatan dilakukan oleh mata. Penglihatan mendapat stimulus melalui cahaya. Cahaya yang memantul dan masuk ke dalam mata menyebabkan mata menerima rangsangan dan merespon apa saja yang dilihatnya sesuai dengan kebutuhan.

2. Akustik

Komponen akustik adalah stimulus yang diterima melalui pendengaran. Organ tubuh yang melakukan pendengaran adalah seperangkat telinga. Pendengaran menerima stimulus melalui suara yang dihasilkan dari getaran benda sekitarnya. Tak semua getaran suara dapat didengarkan oleh telinga manusia. Manusia hanya bisa mendengar suara dengan getaran 20-20.000 Hz (frekuensi audible). Manusia tidak bisa mendengarkan suatu getaran suara dengan frekuensi

kurang atau lebih dari itu. Hanya ada beberapa hewan yang bisa menerima suara dengan frekuensi getaran tersebut.

3. Taktil

Komponen taktil atau peraba dimiliki oleh kulit yang dapat merasakan rangsang berupa sentuhan. Selain sentuhan, ada pula tekanan, suhu, dan rasa sakit. Indra peraba ini merupakan indra yang paling sering digunakan dalam mengeksplorasi lingkungan sekitar kita. Hal tersebut dikarenakan adalah indra terbesar yang dimiliki tubuh manusia karena terdapat dari ujung rambut hingga ujung kaki.

4. Kinestetik otot dan saraf

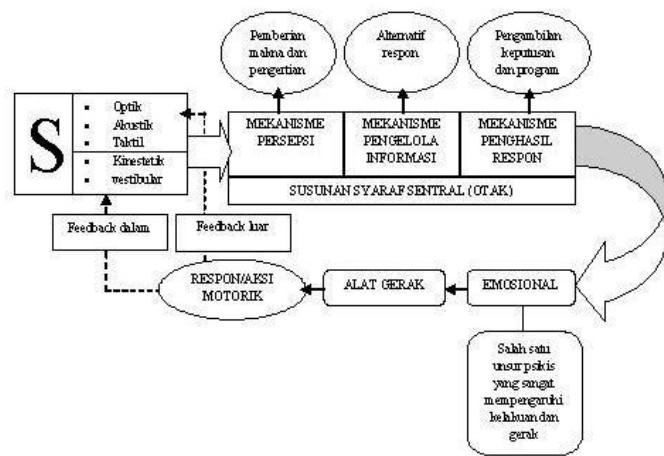
Kinestetik otot dan syarat adalah gerakan yang sangat kompleks dari otot serta saraf yang ditimbulkan oleh rangsangan dalam otot dan urat. Adanya stimulus yang bekerja pada otot berupa tekanan dan rasa sakit membuat otot memberi info kepada saraf pusat untuk memberikan info guna merespon stimulus yang terjadi.

5. Vestibular

Vestibular atau alat keseimbangan akan mendapatkan stimulus berupa gangguan keseimbangan tubuh. Tubuh dapat berdiri tegak atas kerjasama antar organ tubuh terutama organ keseimbangan. Organ keseimbangan yang dimiliki oleh manusia terdiri atas tiga saluran setengah lingkaran serta dua organ otolith yang dikenal dengan nama utrikulus dan sakulus. Tiga saluran setengah lingkaran memiliki ujung

yang terdapat rambut-rambut halus. Seluruh organ keseimbangan yang dimiliki manusia akan saling bekerjasama dengan organ lainnya apabila mendapatkan stimulus yang menyangkut keseimbangan.

Berikut adalah skema Teori Kibernetik:



Gambar 1. Skema Teori Kibernetik

Sumber Kiram (2019: 23)

Teori Kibernetik menjelaskan cara tubuh mengelola informasi yang didapatkan dari lingkungan sekitarnya. Teori ini dikembangkan dari kolaborasi berbagai disiplin ilmu antara lain ilmu psikologi, anatomi, dan fisiologi. Hal tersebut terjadi dikarenakan proses ini tidak hanya menyangkut tentang gerak saja, namun juga bagaimana gerak oleh tubuh manusia bisa terjadi. Mulai dari awal sebelum gerak dilakukan hingga alasan gerak dilakukan serta bagaimana gerak bisa terjadi. Teori ini secara singkat membahas bagaimana alur gerak dilakukan oleh tubuh manusia dengan hubungan aksi-reaksi yang dilakukan oleh organ-organ manusia beserta kolaborasi yang dilakukannya guna memenuhi kebutuhan manusia.

Gerak bisa terjadi karena ada motivasi untuk melakukan gerak. Motivasi tersebut bisa berupa dari dalam diri ataupun dari luar dirinya. Faktor dari dalam adalah kemauan atau kebutuhan yang harus dipenuhi untuk menunjang kehidupan manusia. Sedangkan faktor dari luar bisa berupa gangguan, rasa ketidaknyamanan atas sesuatu, ataupun rasa sakit. Itulah yang disebut dengan stimulus.

Setelah manusia merasakan stimulus, maka akan ada proses transfer informasi yang menyalurkan stimulus ke otak melalui sistem saraf. Sistem saraf menyampaikan informasi secara cepat dan tidak bisa disaksikan oleh mata. Setelah tersampaikan ke otak, maka otak akan memproses informasi yang diterima secara cepat pula. Otak melakukan proses informasi dan kemudian pengambilan keputusan melalui campur tangan dari ingatan serta emosional. Ingatan seseorang akan mempengaruhi pengambilan keputusan merupakan pertahanan alami manusia untuk menghindari hal-hal yang membuat dirunya mengalami kerugian.

Dalam Teori Kibernetik, ingatan manusia dapat mempengaruhi keputusan yang diambil kedepannya. Ingatan disimpan di dalam memori otak yang dapat diputar saat manusia ingin melakukannya. Namun, tidak semua ingatan dapat disimpan dengan baik, tergantung dengan besarnya dampak sebuah kejadian yang diperoleh dari pengalamannya. Semakin besar dampak yang diberikan sebuah pengalaman pada seseorang, maka semakin besar pula kemungkinan manusia dapat menyimpan ingatan dalam otaknya. Karenanya, manusia cenderung menghindari keputusan tentang masalah yang buruk.

Kemudian setelah mengambil keputusan, maka otak akan memerintahkan organ-organ tubuh yang lain, terutama anggota gerak, untuk merespon stimulus yang datang. Respon terdiri dari dua macam yaitu respon secara sadar dan tidak sadar. Respon secara sadar adalah respon yang diberikan untuk stimulus yang secara sadar dilakukan oleh manusia. Biasanya respon ini berasal dari stimulus yang tidak membutuhkan waktu dengan cepat. Sedangkan respon tidak sadar berasal dari stimulus yang membutuhkan waktu cepat. Respon yang diberikan adalah sebagai bentuk perlindungan diri dari bahaya lingkungan sekitar. Respon ini disebut dengan gerak refleks tubuh. Itulah pembahasan dari Teori Kibernetik.

Dari proses terjadinya gerak, maka maka tubuh akan memberikan respon atas apa yang harus dilakukannya. Ketika manusia menginginkan perkembangan kemampuan maka ia harus melakukan latihan supaya tubuh dapat mengembangkan gerak tubuhnya dengan baik. Dari seluruh kemampuan gerak yang dimiliki maka akan berkolaborasi menjadi satu untuk memaksimalkan gerakan yang akan dilakukan. Kolaborasi organ-organ tersebut menghasilkan kemampuan motorik yang diharapkan dapat menjadi lebih baik kedepannya.

Kemampuan motorik berhubungan langsung dengan tumbuh kembang kemampuan gerak anak (Sujiono 2014). Dalam kemampuan motorik anak, diperlukan pengembangan dan pembinaan supaya gerakan anak dalam melakukan aktivitas menjadi lebih harmonis, terutama dalam aktivitas fisik. Karenanya untuk membina anak agar mendapatkan kemampuan motorik yang baik, diperlukan latihan kemampuan motorik yang disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing peserta didik dengan pengembangan yang berbeda pula.

4. Hakikat Kecepatan

Dalam sebuah pendidikan, olahraga adalah salah satu pembelajaran yang diperlukan oleh peserta didik. Dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional nomor 3 tahun 2003 menyebutkan bahwa, "Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial". Pembelajaran olahraga dilaksanakan untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor melalui aktivitas fisik. Aktivitas fisik dalam pembelajaran dilakukan supaya peserta didik tidak melulu duduk di dalam bangku sekolah untuk menimba ilmu, namun juga di luar kelas untuk mengeksplorasi kemampuan fisik mereka.

Dalam pembelajaran jasmani di sekolah, melalui guru, anak dapat mendapatkan ilmu pengetahuan dan wawasan baru menggunakan cara ajar yang berbeda dengan pembelajaran yang ada di dalam kelas (Situmorang, 2022). Anak memerlukan gerak sebagai sarana menghabiskan energi yang mereka miliki. Mahfud & Fahrizqi (2020) menjelaskan bahwa olahraga bertujuan untuk wadah mengembangkan serta menyelesaikan kemampuan tumbuh kembang seseorang. Anak usia sekolah memiliki potensi tumbuh kembang yang harus disalurkan sesuai dengan porsi dan kebutuhan anak. Dengan demikian, olahraga adalah hal yang penting bagi anak usia sekolah.

Pembelajaran jasmani berfokus pada proses yang dilakukan peserta didik dalam menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani serta kemampuan biomotor dan keterampilan gerak (Handoko, 2021). Kebugaran jasmani adalah kondisi dimana tubuh tidak merasakan lelah yang berlebih saat melakukan kegiatan sehari-

hari. Menurut Giriwijoyo dalam Darmawan (2017), kebugaran jasmani adalah keadaan tubuh yang dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya untuk melakukan tugas jasmani tertentu secara efisien serta tanpa kelelahan yang berlebih dan dapat kembali pulih keesokan harinya untuk melakukan tugas yang sama.

Sedangkan kemampuan motorik adalah kemampuan gerak yang dilakukan oleh manusia dan perkembangannya dipengaruhi oleh umur dan perkembangan tubuh seluruhnya. Kemampuan ini dipengaruhi oleh berbagai macam sistem organ dalam diantaranya neomoskular, pernafasan, pencernaan, peredaran darah, energi, tulang, dan persendian. Sistem-sistem organ tersebut saling bekerja sama untuk menghasilkan kemampuan motorik yang maksimal (Sukadiyanto dalam Situmorang, 2022). Sedangkan Bompa dalam Situmorang (2022) menjelaskan bahwa komponen motorik terdiri dari kekuatan, kecepatan, koordinasi, dan fleksibilitas. Berdasarkan permasalahan yang ditemukan dan batasan masalah yang telah ditetapkan oleh penulis, maka pembahasan hanya akan terfokus kepada kemampuan motorik kecepatan.

1. Pengertian Kecepatan

Kecepatan adalah hal yang tidak dapat dipisahkan dalam olahraga (Andik, 2019). Hampir semua cabang olahraga menggunakan komponen kecepatan dalam pelaksanaannya. Jeffreys (2013), menyebutkan bahwa kecepatan adalah waktu yang ditempuh sesingkatnya dalam jarak tertentu. Karena hal itu, maka tubuh memerlukan usaha untuk melakukan gerakan secepat mungkin. Komponen kecepatan akan berdampingan dengan komponen lainnya untuk mencapai target yang diharapkan. Seperti yang

disampaikan oleh Gusti & Santika (2020), kecepatan harus disandingkan dengan komponen biomotor lainnya agar apa yang ditargetkan oleh atlet mencapai hasil yang maksimal.

Brown dan Ferrigno dalam Khairuddin dan Irianto (2019) menyebutkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pencapaian kecepatan maksimum yaitu panjang langkah, frekuensi langkah, kekuatan, daya ledak, kelentukan, akselerasi, dan teknik yang benar. Panjang langkah adalah jarak yang dicapai dan diukur dari titik berat badan dalam melakukan lari. Kemudian frekuensi langkah adalah banyak langkah yang dilakukan per menit. Sedangkan akselerasi adalah laju perubahan dalam kecepatan yang dipengaruhi oleh panjang dan frekuensi langkah. Selain itu, postur tubuh, gerakan lengan, dan gerakan tungkai juga mempengaruhi hasil akhir kecepatan dalam berlari.

Berdasarkan teori yang telah disampaikan di atas, maka kecepatan adalah waktu yang ditempuh dalam jarak tertentu dengan hasil yang sesingkat-singkatnya. Komponen kecepatan akan berdampingan dengan komponen lain supaya mencapai hasil yang maksimal. Selain itu, ada beberapa faktor penting yang mempengaruhi kecepatan yaitu panjang langkah, frekuensi langkah, kekuatan, daya ledak, kelentukan, akselerasi, dan teknik yang benar.

2. Komponen Kecepatan

Komponen kecepatan ada 3 yaitu kecepatan reaksi, kecepatan maksimal, dan kecepatan daya tahan (Mintarto, 2019). Berikut adalah pembahasannya:

a. Kecepatan Reaksi

Kecepatan reaksi adalah lama munculnya respon saat stimulus diberikan dengan waktu yang sesingkat-singkatnya. Kecepatan tersebut adalah sebuah kemampuan seseorang dalam memproses stimulus, pengambilan keputusan, dan pemrograman respon (Fauzi et al., 2021). Secara singkat, respon adalah kemampuan tubuh seseorang menghadapi dan menanggapi stimulus yang didapatkan.

b. Kecepatan Maksimal

Kecepatan maksimal merupakan kecepatan tertinggi seseorang dalam melakukan gerak. Kecepatan ini dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu status latihan, waktu akselerasi, dan kemampuan ketahanan yang dimiliki seseorang. Kecepatan tertinggi jika bisa dipertahankan lebih lama maka akan lebih baik hasilnya. Karenanya, latihan untuk mendapatkan kecepatan maksimal merupakan hal yang sangat penting untuk seorang atlet.

c. Kecepatan Daya Tahan

Kecepatan daya tahan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan kecepatan puncaknya dalam jangka waktu tertentu. Karenanya seseorang yang paling lambat melakukan deselerasi atau pengurangan kecepatan maka akan mempertahankan kecepatan paling lama.

3. Manfaat Latihan Kecepatan

Latihan kecepatan memberikan banyak manfaat untuk mengembangkan kemampuan tubuh. Selain itu, Mintarto (2019) kembali menyebutkan bahwa latihan kecepatan juga memiliki manfaat sebagai berikut:

a. Melatih dan membentuk otot tubuh

Dalam melakukan latihan kecepatan, yang termasuk dalam olahraga anaerobik, memerlukan koordinasi dari sebagian besar otot tubuh manusia. Otot tersebut terdiri atas otot paha, otot betis, otot perut, dan otot tangan. Karena itulah, latihan kecepatan dengan metode sprint secara tidak langsung dapat membentuk otot tubuh menjadi lebih atletis.

b. Meningkatkan kecepatan gerakan

Saat melakukan latihan kecepatan maka tubuh akan mengalami kontraksi dengan cepat serta gerakan yang meledak-ledak. Hal tersebut dapat meningkatkan pembiasaan tubuh dengan aktivitas fisik yang berat sehingga ketika diberikan tahanan yang berat akan semakin mudah mengatasinya karena sudah terbiasa.

c. Memperpanjang nafas

Dengan melakukan gerakan yang lebih berat dari biasanya, maka paru-paru akan memaksimalkan kerjanya ke batas atas. Hal demikian membuat volume paru-paru menjadi lebih besar dan nafas menjadi lebih panjang.

d. Memperkuat jantung

Latihan kecepatan membutuhkan koordinasi tubuh dan organ yang kompleks, salah satunya jantung. Dengan pembiasaan latihan kecepatan maka jantung akan memompa darah lebih cepat sehingga otot-otot dan dinding jantung menjadi lebih kuat dan sehat.

e. Melatih fokus dan daya ingat

Latihan kecepatan secara maksimal mengharuskan seseorang untuk berkonsentrasi terhadap kepekaan respon indra tubuh saat aba-aba dilakukan, koordinasi gerakan tubuh, serta waktu yang digunakan dalam akselerasi hasil kecepatan. Hal tersebut dapat melatih fokus dan daya ingat jika dilakukan secara terus menerus.

f. Membakar lemak lebih banyak

Latihan kecepatan dengan *sprint* akan menimbulkan daya ledak yang besar. Selain itu, semua anggota gerak melakukan gerakan yang kompleks sehingga dapat membakar kalori yang berlebih. Dengan adanya pembakaran kalori maka tubuh juga dapat membakar lemak berlebih.

4. Komponen Kecepatan

Kecepatan dilakukan atas koordinasi dari berbagai organ tubuh. Organ-organ yang bekerja saling melakukan gerak hingga menghasilkan kolaborasi yang mendukung maksimalnya kecepatan. Mintarto (2019) menyebutkan bahwa latihan akan efektif apabila di dalam pelaksanaannya ada beberapa komponen kecepatan yang dipenuhi, antara lain:

a. Reaksi

Reaksi amat penting dalam kecepatan karena kaitannya dengan awalan yang dilakukan seorang pelari. Reaksi pelari terhadap sinyal atau stimulus yang diberikan sebagai aba-aba awalan berguna untuk memangkas waktu penundaan antara waktu start yang diberikan dan waktu pelari melakukan langkah pertama.

b. Kecepatan Maksimal

Kecepatan maksimal merupakan posisi maksimal seorang pelari dalam melakukan gerakan lari. Pelari dapat mempertahankan posisi tersebut tergantung dengan beberapa hal seperti akselerasi gerakan, status latihan, dan kemampuan ketahanan dalam mempertahankan posisi maksimalnya.

c. Kecepatan Daya Tahan

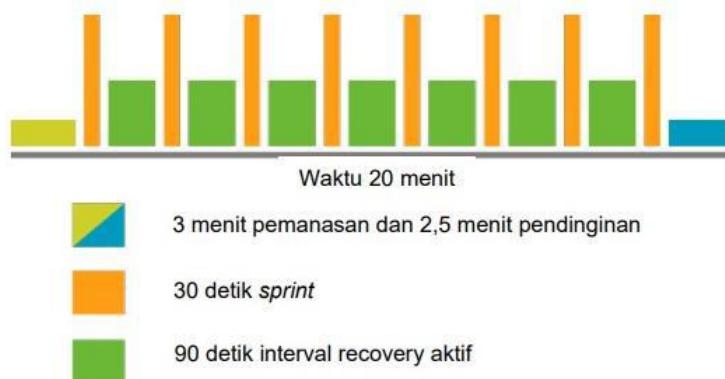
Kecepatan daya tahan adalah kemampuan untuk mempertahankan kecepatan maksimal seorang pelari dalam jangka waktu tertentu. Pelari yang dapat mempertahankan kecepatan maksimalnya lebih lama, maka semakin baik pula hasilnya.

5. Bentuk-Bentuk Latihan Kecepatan

a. *Interval Sprint*

Interval sprint adalah salah satu latihan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan biomotor kecepatan. Latihan ini dilakukan secara berulang dengan membagi waktu sprint dan diselingi periode

istirahat aktif atau jalan di tempat. Aktivitas jasmani ini dilaksanakan secara berulang dan tepat antara kerja dan istirahat.

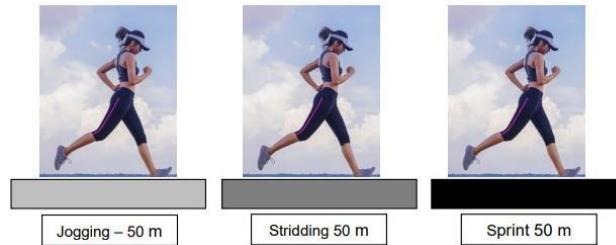


Gambar 2. *Interval Sprint*

Sumber: Mintarto (2019: 85)

b. *Acceleration Sprint*

Acceleration sprint adalah sebuah cara yang mudah untuk dilakukan dalam latihan kecepatan. *Acceleration* berarti akselerasi, yaitu perubahan kecepatan dari suatu satuan waktu. Perubahan bisa jadi semakin lambat atau semakin kencang. Dalam latihan kecepatan, dapat dilakukan lari-lari kecil secara lambat (*jogging*), kemudian lari dengan kecepatan menengah (*stridding*), dan lari dengan kecepatan penuh (*sprint*). Latihan dilakukan dengan beberapa kali repetisi untuk mencapai hasil yang maksimal. Pelaksanaan *acceleration sprint* harus dilakukan sesuai dengan porsi yang ada. Untuk anak-anak diharapkan dapat diberikan dengan porsi yang seminimal mungkin dan dapat ditingkatkan sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan masing-masing peserta didik.



Gambar 3. *Acceleration Sprint*

Sumber: Mintarto (2019: 85)

c. *Sprint*

Sprint dilakukan dengan jarak yang dekat dahulu kemudian berlanjut ke jarak yang lebih jauh. Latihan *sprint* secara teratur dapat melatih dan meningkatkan akselerasi. Selain itu, latihan sprint juga dapat membantu memperkuat koordinasi antar bagian tubuh saat melakukan gerakan sprint.

d. Berlari dengan parasut dan beban

Latihan lari dengan parasut berguna untuk melatih otot agar dapat terbiasa terhadap beban. Saat otot terbiasa dengan beban saat lari, maka otot-otot dapat mengatasi tahanan yang ada. Oleh karenanya, otot dapat lebih kuat saat menghadapi beban latihan serta ketahanan saat berlari.



Gambar 4. Lari dengan Beban

Sumber: Mintarto (2019: 86)

5. Pedesaan dan Perkotaan

Mengkaji tentang pedesaan dan perkotaan dapat menggunakan ilmu geografi. Geografi adalah sebuah ilmu yang mempelajari tentang bumi dan apa saja yang terkandung di dalam dan atasnya. Menurut Hangget dalam Aksa (2019) geografi adalah sebuah ilmu yang menyatukan fisik dan dimensi manusia dengan tempat dan lingkungan. Dalam melakukan kajian terhadapnya, maka harus menggunakan pendekatan keruangan, kelingkungan, dan kompleks wilayah. Ketiga pendekatan tersebut merupakan ciri khas geografi yang membedakannya dengan ilmu yang lain.

Sedangkan menurut Aksa dkk (2019), mempelajari ilmu geografi sama saja dengan mempelajari bumi beserta isinya. Banyak cara yang bisa digunakan untuk mempelajari dan mengembangkan ilmu geografi. Ada banyak hal yang dipelajari dalam ilmu geografi seperti keadaan bumi dan atasnya (atmosfer), bentuk bumi, ciri khas tempat tertentu yang ada di bumi, dan lain sebagainya. Karenanya, ilmu geografi adalah ilmu yang sangat luas cakupannya.

Letak geografis adalah letak sebuah daerah yang dilihat dari kenyataan di bumi dengan prespektifnya pada bola bumi yang dibandingkan dengan daerah lain. Letak geografis ditentukan oleh aspek astronomis, geologis, fisiologis, dan sosial. Hal demikian akan berpengaruh terhadap aspek letak, cuaca, iklim, relief, jenis tanah, flora dan fauna serta sumber daya alamnya. Seluruh perbedaan tersebut dapat menimbulkan perbedaan dalam aspek yang lain yaitu pola kehidupan. Pola kehidupan dari hewan, tumbuhan, hingga manusia. Hal tersebut mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan dari berbagai makhluk hidup didalamnya.

Setiap daerah memiliki banyak sekali perbedaan dari yang bisa terlihat dengan mata atau tidak. Hal yang bisa dilihat dengan mata adalah bentuk daerah yang berupa pegunungan atau dataran rendah. Selain itu juga jenis tanah yang bisa mempengaruhi flora yang tumbuh serta fauna yang hidup di sana. Sedangkan hal yang tidak bisa dilihat dengan mata adalah suhu, keadaan sosial dan lain sebagainya. Semua hal tersebut saling memiliki kaitan. Setiap daerah pasti memiliki keadaan sosial yang berbeda. Hal tersebut terjadi karena kebutuhan, gaya hidup, dan ketersediaan sumber daya alam yang berbeda pula. Oleh karena itu, letak geografis berpengaruh terhadap kondisi sosial seseorang.

Secara garis besar kondisi geografis dibagi menjadi dua yaitu perkotaan dan pedesaan. Pengertian perkotaan berdasarkan pasal 1 Peraturan Kepala Pusat Badan Statistik (BPS) tahun 2010 adalah wilayah dengan administrasi setingkat dengan desa/kelurahan yang telah memenuhi kriteria klasifikasi wilayah perkotaan. Sedangkan pedesaan ialah wilayah dengan administrasi setingkat dengan desa/kelurahan yang belum memenuhi kriteria klasifikasi wilayah perkotaan. Perbedaan pedesaan dan perkotaan ditentukan oleh kriteria klasifikasi perkotaan.

Dalam pasal 2 ayat 1 Peraturan Kepala Pusat Badan Statistik (BPS) tahun 2010 menyebutkan bahwa kriteria wilayah perkotaan adalah persyaratan tertentu berupa kepadatan penduduk, presentase rumah tangga pertanian, dan keberadaan akses/fasilitas perkotaan yang dimiliki oleh suatu daerah. Klasifikasi pedesaan dan perkotaan ditentukan oleh beberapa hal yang telah disebutkan di atas.

Akses/fasilitas perkotaan adalah beberapa fasilitas yang digunakan sebagai patokan maju atau tidaknya suatu tempat. Fasilitas terdiri atas beberapa pemenuh kebutuhan primer dan sekunder. Fasilitas tersebut antara lain:

- a.) Sekolah meliputi Taman Kanak-Kanak (TK); Sekolah Dasar (SD); Sekolah Menengah Pertama (SMP); dan Sekolah Menengah Atas (SMA)
- d.) Pasar;
- e.) Pertokoan;
- f.) Bioskop;
- g.) Rumah Sakit;
- h.) Hotel/Bilyar/Diskotek/Panti Pijat/Salon;
- i.) Persentase Rumah Tangga yang menggunakan Telepon; dan
- j.) Persentase Rumah Tangga yang menggunakan Listrik.

Penentuan klasifikasi wilayah pedesaan dan perkotaan menggunakan sistem skor. Penentuan skor sebagaimana yang dimaksud dalam ayat 1 mengikuti tabel di bawah ini:

Tabel 1. Klasifikasi Pedesaan dan Perkotaan

Kepadatan Penduduk Per Km ²	Kriteria			Keberadaan/akses pada fasilitas perkotaan		
	Nilai/ Skor	Persentase Rumah Tangga Pertanian	Nilai/ Skor	Fasilitas Perkotaan	Kriteria	Nilai/ Skor
< 500	1	> 70,00	1	a. Sekolah Taman Kanak-kanak	• Ada atau $\leq 2,5 \text{ Km}^1$	1
500 – 1249	2	50,00 – 69,99	2	b. Sekolah Menengah Pertama	• > 2,5 Km ¹	0
1250 – 2499	3	30,00 – 49,99	3	c. Sekolah Menengah Umum		
2500 – 3999	4	20,00 – 29,99	4	d. Pasar	• Ada atau $\leq 2 \text{ Km}^1$	1
4000 – 5999	5	15,00 – 19,99	5	e. Pertokoan	• > 2 Km ¹	0
6000 – 7499	6	10,00 – 14,99	6	f. Bioskop	• Ada atau $\leq 5 \text{ Km}^1$	1
7500 – 8499	7	5,00 – 9,99	7	g. Rumah Sakit	• > 5 Km ¹	0
> 8500	8	< 5,00	8	h. Hotel/Bilyar/Diskotek/ Panti Pijat/Salon	• Ada • Tidak ada	1 0
				i. Persentase RT Telepon	• $\geq 8,00$ • < 8,00	1 0
				j. Persentase RT Listrik	• $\geq 90,00$ • < 90,00	1 0

Catatan: ¹Jarak tempuh diukur dari Kantor Desa/Kelurahan

Sumber: Badan Pusat Statistika Nasional (2010: 35)

Wilayah yang memiliki jumlah skor 10 atau lebih tandanya terklasifikasi ke dalam ranah perkotaan. Sebaliknya, apabila jumlah hasil perhitungan skor berada di bawah angka 10 maka wilayah tersebut dapat disebut dengan wilayah pedesaan. Semakin besar skor yang didapatkan, maka semakin kompleks keadaan masyarakatnya. Dan semakin kecil angkanya, maka semakin pelosok keadaan wilayah tersebut.

B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Kurnia pada tahun 2017 dengan judul “Perbedaan kemampuan motorik antara peserta didik SD kelas 3 putra SDN Pucang 3 yang berada di pusat kota dan SDN Pangkemiri 1 di pinggri kota Kabupaten Sidoarjo”. Didapatkan hasil penelitian berupa perbedaan yang signifikan untuk kemampuan motorik kecepatan ($t_{hitung} = 2,382$ > $t_{tabel}(0,05) = 2,024$) dan 3) disimpulkan ada perbedaan kemampuan motorik peserta didik SD kelas 3 putra SDN Pucang 3 yang berada di pusat kota kurang dari SDN Pangkemiri 1 di pinggir kota Kabupaten Sidoarjo.
2. Penelitian yang dilakukan Nurul Hidayah Awwaliyah dan Setiyo Hartono pada tahun 2015 yang berjudul “Perbedaan Kemampuan Motorik Antara Peserta didik di Sekolah Dasar Pedesaan dan Peserta didik Sekolah Dasar di Perkotan” didapatkan hasil nilai t_{hitung} kecepatan adalah 2,516 dengan $df=111$. Hasil t_{hitung} kecepatan $2,516 > t_{tabel} = 1,658$. Sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima dengan taraf signifikan 0,05. Jadi disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pada unsur

kecepatan, dimana SDN Sidokumpul 1 Gresik (di kota) lebih baik daripada SDN Bedanten Bungah (di desa).

C. Kerangka Berfikir

Pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah memiliki tujuan meningkatkan kebugaran, mental, sosial, emosional, intelektual dan kesehatan melalui kegiatan jasmani. Untuk meningkatkan kebugaran jasmani diperlukan berbagai aspek untuk mendukung tumbuh kembang anak. Hal tersebut dapat didukung dengan keadaan fisik yang baik. Untuk mendapatkan keadaan fisik yang baik, diperlukan berbagai pembiasaan yang baik pula. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah rutin berolahraga.

Olahraga memiliki banyak macam. Hampir seluruh olahraga yang ada menggunakan kemampuan motorik kecepatan. Karenanya, perlu adanya latihan kecepatan guna mendapatkan hasil olahraga yang baik. Selain itu, latihan kecepatan juga mudah dilakukan dan banyak yang tidak memerlukan biaya.

Kemampuan motorik kecepatan setiap orang berbeda-beda. Hal tersebut dapat terjadi karena banyak faktor yang mempengaruhinya. Ada faktor intensitas latihan, proporsi tubuh, nutrisi yang dikonsumsi, hingga kebiasaan dan letak geografis tempat tinggal.

Letak geografis tempat tinggal dapat berpengaruh kepada kecepatan lari seseorang. Hal tersebut bisa saja terjadi karena letak geografis pedesaan dan perkotaan memiliki pembiasaan atau kebiasaan aktivitas fisik yang berbeda. Ada beberapa faktor yang mempengaruhinya mulai dari gaya hidup, frekuensi aktivitas fisik, sosial dan budaya, dan lain sebagainya. Oleh karenanya, peserta

didik di daerah pedesaan dan perkotaan dapat memiliki kemampuan motorik kecepatan yang berbeda.

D. Hipotesis

Hipotesis yang penulis rumuskan dalam penelitian ini adalah peserta didik sekolah dasar di pedesaan memiliki kemampuan motorik unsur kecepatan yang lebih baik daripada peserta didik di perkotaan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang memfokuskan analisisnya pada data-data angka kemudian diolah menggunakan metode statistika. Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik kecepatan peserta didik dan variabel terikatnya adalah pedesaan dan perkotaan. Sifat penelitian ini adalah kausal komparatif. Metode ini bertujuan untuk menginvestigasi kemungkinan sebab akibat melalui pengamatan sebab akibat yang kemungkinan terjadi.

B. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Kraton yang beralamatkan di Jl. Ngasem No.38, RW.08, Kadipaten, Kecamatan Kraton, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55132. Selain itu, penelitian juga dilaksanakan di MI Al-Hadi II yang beralamat di Kalirandu, Bangunjiwo, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55184. Waktu pelaksanaan dimulai pada bulan Juli 2023 sampai selesai.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Sampel yang digunakan adalah seluruh populasi. Sedangkan populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas IV di SD Negeri Kraton yang terdiri atas 15 peserta didik dan seluruh peserta didik kelas IV MI Al-Hadi II yang terdiri atas 2 rombel kelas A dan B dengan jumlah 30 peserta didik. Sampel yang

digunakan dalam penelitian adalah seluruh peserta didik kelas IV SD Negeri Kraton dan peserta didik kelas IV A MI Al-Hadi II dengan jumlah seluruh sampel 30 peserta didik.

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek, organisasi atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari atau kemudian ditarik kesimpulannya. Pada penelitian ini variabelnya adalah peserta didik di daerah pedesaan dan perkotaan. Kajian pedesaan dan perkotaan dilakukan dengan menganalisis letak geografi sekolah yang berada di pedesaan atau perkotaan. Klasifikasi pedesaan dan perkotaan ditentukan oleh penskoran beberapa faktor seperti yang telah dijelaskan di dalam pembahasan tentang hakikat letak geografis. Peserta didik diteliti dengan tes kecepatan lari.

Daerah perkotaan diinterpretasikan oleh seluruh peserta didik kelas 4 di SD Negeri Kraton. Sedangkan daerah pedesaan diinterpretasikan oleh peserta didik kelas IV MI Al-Hadi II. Pengukuran dilaksanakan untuk mengetahui seberapa cepat peserta didik melakukan lari dalam jarak tertentu dengan waktu yang diharapkan dapat sesingkat-singkatnya.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah sebuah alat yang digunakan untuk memenuhi tujuan. Arikunto (2013) menjelaskan bahwa instrumen penelitian merupakan fasilitas atau alat yang dipakai oleh peneliti untuk mengumpulkan data untuk mempermudah

pekerjaan serta memperoleh hasil yang lebih baik. Lebih baik yang dimaksud memiliki arti yaitu lebih lengkap dan cermat agar lebih mudah diolah. Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah eksperimen kuasi. Eksperimen dilakukan untuk mengetahui seberapa cepat peserta didik dapat berlari. Eksperimen berupa lari jarak 40 meter. Lari 40 meter digunakan untuk penghitungan kecepatan lari pada peserta didik dengan usia 15 tahun ke bawah (Mintarto, 2019). Berikut adalah tata pelaksanaan pengukuran kecepatan pada anak dibawah 15 tahun:

- a. Alat yang digunakan lintasan sepanjang 40 meter, dan *stopwatch*
- b. Prosedur Pelaksanaan Tes Langkah-langkah yang dilakukan adalah:
 - 1) Tester berdiri di belakang garis start dengan posisi berdiri, saat aba-aba “siap”.
 - 2) Saat tester memberikan aba-aba “Ya”, testee berlari secepat mungkin ke garis finish.
 - 3) Pencatatan waktu dilakukan sampai dengan persepuluhan detik (0,1 detik), bila memungkinkan hingga perseratus detik (0,01 detik).
 - 4) Konversikan hasil yang di dapat dengan norma yang tertera dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Kecepatan Lari 40 Meter

Norma	Prestasi (Detik) (Laki-laki)	Prestasi (Detik) (Perempuan)
Baik sekali	< 5,2	< 5,4
Baik	5,2 – 6,0	5,4 – 6,6
Cukup	6,0 – 6,4	6,6 – 7,2
Kurang	6,4 – 7,6	7,2 – 9,0
Kurang sekali	>7,6	> 9,0

Sumber: Lumintuarso, 2001

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji yang digunakan dalam statistika untuk mengetahui kenormalan suatu data. Sugiyono (2017), mengatakan bahwa uji normalitas digunakan dalam penelitian guna mengkaji kenormalan variabel yang diteliti. Data tersebut apakah berdistribusi normal atau tidak. Hal itu penting dilakukan karena apabila data setiap variabel tidak normal, maka pengujian hipotesis tidak bisa menggunakan statistik parametrik. Uji Normalitas pada penelitian ini menggunakan Uji Shapiro Wilk dikarenakan jumlah data < 50.

b. Uji Beda *Mean*

Uji beda *mean* digunakan untuk membandingkan hasil rata-rata guna mengetahui perbedaan data yang ada. Uji tersebut dilakukan dengan menjumlah data kemudian membaginya ke dalam jumlah data yang diperoleh. Setelahnya, hasil yang diperoleh merupakan rata-rata atau *mean*. Rata-rata yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan rata-rata data lain yang sejenis. Setelahnya, kita bisa mendapatkan perbedaan jumlah rata-rata data yang ada. Uji ini dilakukan menggunakan Uji *One Way ANNOVA*.

2. Teknik Pengumpulan Data

Dalam mengumpulkan data, peneliti menggunakan tes kecepatan lari. Tes kecepatan lari berupa lari 40 meter dengan waktu yang diharapkan dapat sesingkat-singkatnya. Semakin sedikit waktu yang dibutuhkan untuk menempuhnya, maka semakin baik pula hasil yang diperoleh.

a. Pemanasan

Pemanasan dilakukan untuk mempersiapkan otot yang akan bekerja saat tes lari dilakukan. Hal tersebut dilakukan untuk menghindari cidera yang mungkin bisa terjadi. Mappaompo (2019) menjelaskan bahwa pemanasan berguna untuk menghangatkan suhu dan meregangkan otot, memperbanyak oksigen yang masuk ke dalam tubuh, melancarkan aliran darah sebelum olahraga dilakukan, hingga memperbaiki kontraksi dan melatih kecepatan gerak refleks. Berbagai manfaat tersebut tentunya sangat baik dilakukan sebelum olahraga guna mempersiapkan tubuh untuk mengikuti olahraga agar mendapatkan hasil yang terbaik.

b. Lari 40 Meter

Sebelum melakukan lari 40 meter, peserta didik diberikan waktu untuk mempersiapkan dirinya dengan mengecek tali sepatu, minum secukupnya, dan mencoba secara mandiri lintasan yang telah dibuat. Kemudian lari dilakukan dengan berpasangan dua-dua mengingat terbatasnya lahan di kedua sekolah. Setelahnya penghitungan dimulai dengan memberikan aba-aba dan menulis hasil tes dengan alat penghitung berupa *stopwatch*.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dimaksudkan untuk mencari jawaban atas pertanyaan peneliti tentang permasalahan yang telah dirumuskan sebelumnya. Setelah pemberian perlakuan dalam jangka waktu tertentu kemudian dilakukan suatu pengukuran. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

1. Interpretasi Data

Pada tahap ini digunakan statistik deskriptif yaitu membandingkan rata-rata nilai dari hasil eksperimen yang dilakukan.

a. Mean

Mean merupakan teknik penjelasan yang didasarkan atas nilai rata-rata dari kelompok tersebut (Sugiyono, 2011: 49). Rata-rata (*mean*) ini didapatkan dengan menjumlahkan data seluruh individu dalam kelompok tersebut, kemudian dibagi dengan jumlah individu yang ada pada kelompok. Hal ini dapat dirumuskan sebagai berikut.

Sugiyono, 2011

$$Me = \frac{\Sigma X_i}{n}$$

Keterangan:

Me= *mean* (rata-rata)

ΣX_i = jumlah nilai X ke i sampai n

n= jumlah individu

b. Pengujian Analisis

Teknik analisis data yang dapat digunakan untuk menguji hipotesis setelah sampel diberi perlakuan, yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Untuk menguji beda kemampuan motorik kecepatan peserta didik di pedesaan dan perkotaan dengan menggunakan SPSS 16.0.

A. Uji Normalitas

Uji Normalitas pada penelitian ini menggunakan Uji Shapiro Wilk dikarenakan jumlah data < 50. Hasilnya sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kelompok	Statistic	Sig.	Batas	Keterangan
Kecepatan Lari	Pedesaan	0.914	0.158	> 0.05	Normal
	Perkotaan	0.956	0.630	> 0.05	Normal

Dari hasil uji normalitas di atas, diketahui nilai signifikan seluruh data lebih besar dari 0,05 ($\text{sig.} > 0,05$) yang berarti bahwa seluruh data terdistribusi normal.

B. Uji Komparasi

Uji Komparasi adalah uji yang digunakan untuk membandingkan perbedaan dua data atau lebih. Dalam penelitian ini, uji komparasi menggunakan uji beda mean. Uji beda mean adalah uji yang digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata dari dua bidang atau lebih yang sejenis. Uji beda mean di sini digunakan untuk menguji perbedaan kecepatan lari 40 meter oleh peserta didik dari SD Negeri Kraton dengan MI Al-Hadi II yang seluruhnya merupakan peserta didik kelas 4.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Data yang terkumpul adalah data hasil tes lari 40 meter dalam satuan detik. Data tersebut diperoleh dari 30 peserta didik dari sekolah yang merepresentasikan sekolah di pedesaan dan perkotaan dengan rincian 15 peserta didik dari SD Negeri Kraton dan 15 peserta didik dari MI Al-Hadi II. Sebelum menjelaskan tentang analisis data yang diperoleh, terlebih dahulu data dideskripsikan guna mengetahui besaran nilai minimum, nilai maksimum, mean, standar deviasi, median dan modus. Selain itu, perlu dianalisis juga terkait klasifikasi pedesaan dan perkotaan guna mengetahui apakah sekolah yang digunakan untuk penelitian sudah termasuk ke dalam klasifikasi yang dimaksud.

1. Klasifikasi Pedesaan dan Perkotaan

Klasifikasi pedesaan dan perkotaan di sebuah daerah menggunakan pedoman dari Badan Pusat Statistik (BPS) Nasional. Dalam pasal 2 ayat 1 Peraturan Kepala Pusat Badan Statistik tahun 2010 menyebutkan bahwa kriteria wilayah perkotaan adalah persyaratan tertentu berupa kepadatan penduduk, presentase rumah tangga pertanian, dan keberadaan akses/fasilitas perkotaan yang dimiliki oleh suatu daerah. Dari seluruh klasifikasi tersebut diberikan skor sesuai pedoman yang ada, kemudian dijumlahkan. Semakin

besar hasil skor yang dimiliki suatu daerah, maka semakin besar pula klasifikasinya sebagai perkotaan.

Untuk mengetahui bahwa SD Negeri Kraton dan MI Al-Hadi II sebagai representasi dari daerah pedesaan dan perkotaan, maka dihitunglah sistem skor yang telah ada. Berikut adalah tabel skor yang dimiliki oleh Ke Kadipaten dan Kelurahan Bangunjiwo:

a. SD Negeri Kraton

SD Negeri Kraton beralamat di Jl. Ngasem No.38, RW.08, Kadipaten, Kecamatan Kraton, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Tepatnya ada di sebelah utara Pasar Ngasem dan di sebelah barat Kraton Kesultanan Yogyakarta. SD Negeri Kraton berada diantara rumah penduduk, sehingga lahan yang dimilikinya sangat terbatas.

Tabel 5. Hasil Klasifikasi Kelurahan Kraton

No.	Faktor Penentu	Keterangan	Skor
1.	Kepadatan penduduk per km ²	15.594 jiwa/km ²	8
2.	Persentase rumah tangga pertanian	0	0
3.	Sekolah terdekat dengan kelurahan	Universitas Widya Mataram (150 meter)	1
4.	Adanya pasar/pertokoan	Pasar Ngasem (200 meter)	1
5.	Adanya bioskop/runah sakit	RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta (1,5 km)	1
6.	Persentase rumah tangga listrik	99,95 % (DIY)	1
7.	Persentase rumah tangga telepon	>100	1
		Jumlah skor	13

Jumlah skor dari klasifikasi di atas memiliki jumlah angka 13 yang berarti angka tersebut berada di atas 10. Hal tersebut menunjukkan bahwa di Kelurahan Kadipaten, tempat beradanya SD Negeri Kraton, sudah merupakan daerah perkotaan.

b. MI Al-Hadi II

MI Al-Hadi II beralamat di Kalirandu, Bangunjiwo, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. MI Al-Hadi II berada diantara persawahan dan kebun yang rimbun. Selain itu, sekolah ini juga berada di daerah pegunungan yang memiliki kondisi geografis yang tidak rata.

Tabel 6. Hasil Klasifikasi Kelurahan Bangunjiwo

No.	Faktor Penentu	Keterangan	Skor
1.	Kepadatan penduduk per km ²	1.822 jiwa/km ²	3
2.	Persentase rumah tangga pertanian	0	0
3.	Sekolah terdekat dengan kelurahan	SMP N 3 Kasihan (5 meter)	1
4.	Adanya pasar/pertokoan	Indomaret (10 meter)	1
5.	Adanya bioskop/runah sakit	RS PKU Muhammadiyah Gamping (4,8 km)	0
6.	Persentase rumah tangga listrik	99,95 % (DIY)	1
7.	Persentase rumah tangga telepon	>100	1
		Jumlah skor	7

Jumlah skor dari klasifikasi di atas memiliki jumlah angka 7 yang berarti angka tersebut berada di bawah 10. Hal tersebut menunjukkan

bahwa di Kelurahan Bangunjiwo, tempat beradanya MI Al-Hadi II, masih merupakan daerah pedesaan.

2. Data Hasil Tes Lari 40 Meter

Lari 40 meter yang dilakukan oleh peserta didik hanya dilakukan dalam 1 kali percobaan. Hal tersebut dilakukan untuk mengetahui kecepatan lari peserta didik tanpa membuat mereka merasa kelelahan terlalu banyak. Berikut adalah hasil dari kecepatan lari peserta didik di SD Negeri Kraton dan MI Al-Hadi II:

Tabel 7. Hasil Tes Kecepatan Lari 40 Meter

SD Negeri Kraton		MI Al-Hadi II	
Responden	Hasil (detik)	Responden	Hasil (detik)
1.	8.68	1.	9.26
2.	7.83	2.	8.53
3.	10.09	3.	10,32
4.	9.43	4.	8.48
5.	12.97	5.	9.54
6.	11.57	6.	11.05
7.	14.08	7.	10.52
8.	13.41	8.	10.13
9.	10.26	9.	12.20
10.	9.86	10.	8.40
11.	11.84	11.	7.02
12.	10.96	12.	9.05
13.	9.56	13.	13.21
14.	14.41	14.	9.56
15.	10.47	15.	10.49

Data tersebut diperoleh melalui lari 40 meter yang dilakukan oleh peserta didik. Hasil terbesar dari SD Negeri Kraton adalah 14.41 detik. Sedangkan nilai terbesar dari MI Al-Hadi II adalah 10.13 detik. Itu berarti bahwa peserta didik dengan lari paling lambat di antara kedua sekolah berasal dari SD Negeri Kraton. Sedangkan Hasil terkecil dari SD Negeri Kraton adalah 7,83 detik. Sedangkan nilai terbesar dari MI Al-Hadi II adalah 5,93 detik. Hal tersebut berarti bahwa peserta didik dengan waktu tersingkat masih ada di MI Al-Hadi II.

B. Hasil Pengujian Komparasi

Uji komparasi adalah sebuah perhitungan analisis yang dilakukan untuk membandingkan dua atau lebih sebuah data penelitian. Tujuan pengujian ini digunakan untuk mengetahui besar perbedaan yang ada. Hasil uji komparasi pada penelitian ini menggunakan *Uji One Way ANOVA*, dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 8. Hasil *Uji One Way ANOVA*

Variabel	Kelompok	Mean	Std. Deviation	F	Sig.
Kecepatan Lari	Pedesaan	9.8506	1.19840	35.941	0.000
	Perkotaan	11.0280	1.97755		

Dari hasil uji tersebut di atas, rata-rata kecepatan lari peserta didik pedesaan sebesar 9,850 detik lebih cepat dibandingkan dengan kecepatan lari peserta didik perkotaan yang rata-rata kecepatan larinya sebesar 11,028 detik. Nilai signifikansi sebesar 0,000 (sig. $0,000 < 0,05$) yang berarti bahwa terdapat

perbedaan rata-rata antara Kecepatan Lari peserta didik di pedesaan dengan peserta didik perkotaan.

C. Pembahasan

Kemampuan motorik adalah sebuah kematangan kemampuan dan keterampilan gerak seseorang. Fikriyati (2013) menjelaskan bahwa kemampuan motorik erat kaitannya dengan perkembangan dalam mengendalikan gerakan tubuh melalui aktivitas yang dikoordinasikan antara susunan saraf, otak, otot, dan spinal cord. Pengendalian tubuh yang baik akan menghasilkan koordinasi antar organ yang baik pula. Dengan demikian, aktivitas fisik yang dilakukan dapat semakin lancar.

Kemampuan motorik memiliki dua jenis yaitu motorik kasar dan halus. Motorik kasar adalah gerakan yang berkaitan dengan otot besar dan dalam pelaksanaannya menggunakan banyak energi. Sedangkan motorik halus adalah kemampuan motorik yang pelaksanaannya hanya menggunakan sebagian otot kecil dan memerlukan koordinasi dari kolaborasi beberapa indra tubuh manusia. Penelitian ini terfokus kepada kemampuan motorik kasar yaitu kemampuan motorik kecepatan.

Kecepatan merupakan sebuah faktor penting yang ada di dalam sebuah aktivitas, terutama olahraga. Jeffreys (2013), menjelaskan bahwa kecepatan merupakan waktu yang ditempuh sesingkat-singkatnya dalam jarak tertentu. Kecepatan berguna untuk menentukan bahwa peserta didik dapat bergerak dan melakukan koordinasi antar organ dengan baik. Semakin cepat peserta didik dapat mencapai titik perpindahan, maka semakin baik pula kemampuan motorik

kecepatannya.

Berdasarkan dari perhitungan yang telah dilakukan, didapatkan rata-rata kecepatan lari peserta didik pedesaan sebesar 9,850 detik. Sedangkan kecepatan lari peserta didik perkotaan sebesar 11,028 detik. Hal tersebut menandakan bahwa secara keseluruhan peserta didik di daerah pedesaan lebih cepat dalam berlari dibandingkan dengan di perkotaan. Kecepatan terbaik di daerah pedesaan adalah 7,02 detik. Kemudian di perkotaan adalah 7.83 detik. Hal tersebut berarti peserta didik di pedesaan dengan kemampuan motorik kecepatan terbaik masih lebih unggul dari peserta didik dengan kemampuan motorik kecepatan terbaik di perkotaan. Hal demikian sesuai dengan pengamatan yang terjadi di lapangan selama survei dilakukan. Oleh karena itu, kemampuan motorik kecepatan peserta didik dapat lebih ditingkatkan guna mendapatkan keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih baik lagi.

Peserta didik dengan kemampuan lari yang kurang baik cenderung pasif dalam mengikuti kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani. Selain itu, peserta didik tersebut juga lebih suka duduk dan hanya menonton peserta didik lain melakukan aktivitas fisik. Lebih lanjut, peserta didik tersebut selalu terlihat tidak bersemangat dalam melakukan olahraga secara bersama-sama seperti senam dan pemanasan dengan lari mengelilingi lapangan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan motorik kecepatan peserta didik di daerah pedesaan dan perkotaan terdapat perbedaan. Nilai rerata yang diperoleh dari hasil tes di SD Negeri Kraton sebagai representasi sekolah di perkotaan adalah 11,028 detik. Sedangkan nilai rerata yang diperoleh dari hasil tes di MI Al-Hadi II sebagai representasi dari sekolah di pedesaan adalah 9,850 detik. Ini berarti bahwa kemampuan motorik di pedesaan dan perkotaan memiliki perbedaan dengan hasil peserta didik di pedesaan lebih baik daripada di perkotaan.

Perbedaan kemampuan motorik unsur kecepatan antara peserta didik di pedesaan dan di perkotaan disebabkan oleh beberapa hal. Hal yang mendasar adalah perbedaan antara kebiasaan yang dilakukan sehari-hari. Selain itu,

B. Implikasi

Dengan diketahuinya perbedaan dari kemampuan motorik kecepatan di pedesaan dan perkotaan antara SD Negeri Kraton dengan MI Al-Hadi II, hasil penelitian ini memiliki implikasi praktis untuk pihak-pihak yang terkait dengan pembelajaran PJOK di sekolah.

1. Bagi pihak sekolah dapat digunakan sebagai salah satu pedoman bagi guru PJOK untuk menyusun program latihan bagi peserta didik untuk lebih mempertahankan dan meningkatkan kemampuan motorik kecepatan peserta

- didik. Hal demikian berguna untuk memaksimalkan hasil belajar melalui aktivitas fisik sesuai dengan tujuan pembelajaran pendidikan jasmani yaitu mengembangkan keseluruhan kemampuan peserta didik melalui aktivitas jasmani.
2. Dapat digunakan sebagai salah satu pedoman dalam mengidentifikasi bakat peserta didik di bidang olahraga, terutama peserta didik di daerah pedesaan yang masih kurang pengembangan potensinya.
 3. Pihak akademis, penelitian ini dapat menjadi referensi umumnya orang-orang yang menekuni dunia pendidikan jasmani, tentang peningkatan kemampuan motorik kecepatan peserta didik.

C. Keterbatasan

Peneliti sudah berusaha sebaik mungkin dalam melakukan penelitian ini sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian yang dilakukan. Namun, peneliti juga masih merasakan banyak keterbatasan dan kekurangan dalam segala hal, terutama dalam melakukan pengambilan data. Peneliti merasa data masih perlu pengembangan dan penyempurnaan dikarenakan peneliti hanya memberikan satu kesempatan bagi peserta didik untuk melakukan tes kecepatan berlari. Ada kemungkinan peserta didik mengalami hambatan saat berlari seperti sepatu slip atau terpeleset saat awalan.

D. Saran-saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Peserta didik kelas IV, baik di SD Negeri Kraton Kota Yogyakarta ataupun di MI Al-Hadi II, agar dapat meningkatkan kembali semangat dan minat dalam mengikuti pembelajaran jasmani yang dilakukan di sekolah, terutama saat melakukan aktivitas fisik.
2. Bagi guru penjas atau guru yang lain di sekolah, supaya lebih memperhatikan minat peserta didiknya dalam melakukan aktivitas fisik pembelajaran pendidikan jasmani. Selain itu, guru juga diharapkan dapat memberikan motivasi bagi peserta didik supaya dapat lebih semangat meningkatkan kemampuannya terutama kemampuan motorik kecepatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

DAFTAR PUSTAKA

- Aksa, F. I., Utaya, S., & Bachri, S. (2019). Geografi dalam perspektif filsafat ilmu. *Majalah Geografi Indonesia*, 33(1), 37-43.
- Andik, I. M. P., Adnyana, I. W., Prananta, I. G. N. A. C., Santika, I. G. P. N. A., Saputra, I. G. A. A., & Pranata, K. Y. (2019). Pelatihan Lari Kijang Jarak 1 Meter 8 Repetisi 5 Set Meningkatkan Kecepatan Lari Sprint Peserta didik Putra Kelas VIII SMP Nasional Denpasar Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 5(2), 122-127.
- Awwaliyah, N. H., & Hartoto, S. (2015). Perbandingan Kemampuan Motorik Antara Siswa Sekolah Dasar di Desa dengan Siswa Sekolah Dasar di Kota. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(2).
- Darmawan, I. (2017). Upaya meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik melalui penjas. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 7(2), 143-154.
- Eliasa, E. I. (2012). Pentingnya bermain bagi anak usia dini. *Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan*, FIP UNY.
- Fauzi, F., Dwihandaka, R., Pamungkas, O. I., & Silokhin, M. N. (2021). Analisis biomotor kecepatan reaksi pada pemain bola voli kelas khusus olahraga Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Keolahragaan*, 9(2), 246-255
- Gibson, G. G., & Skett, P. (2013). *Introduction to drug metabolism*. Springer.
- Giriwijoyo, H. Y. S. S., & Sidik, D. Z. (2013). Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga). Bandung: Remaja Rosdakarya
- Handoko, D., & Gumantan, A. (2021). Penerapan Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Olahraga di SMAN 1 Baradatu. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 1-7.
- Hanief, Y. N. (2017). Membentuk gerak dasar pada siswa sekolah dasar melalui permainan tradisional. *Journal of Sportif*, 1(1), 60-73.
- Iyakrus, I. (2018). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Prestasi. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2).
- Jeffreys, I., & Rodahl, S. (2013). Physical characteristics and abilities of junior elite male and female handball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 27(2), 302-309.
- Khairudin, A., & Irianto, S. (2019). PENGARUH LATIHAN SINGLE-LEG SQUAT DAN LUNGES TERHADAP PENINGKATAN POWER OTOT TUNGKAI PEMAIN SSB BATURETNO KU 14-15 TAHUN. THE

- EFFECT OF SINGLE-LEG EXERCISE SQUAT AND LUNGES ON POWER OF MUSCLE MUSCLE AGES 14-15 YEARS. *Pend. Kepelatihan Olahraga-S1*, 8(6).
- Kiram, P. H. Y. (2019). Belajar keterampilan motorik. Prenada Media.
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Peserta didik Sekolah Dasar. *Sport Science and Education Journal*, 1(1).
- Mappaompo, A. (2019). Ontribusi Daya Ledak Tungkai Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Murid Sd Negeri 139 Sinjai. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 2(1), 29-39.
- Mintarto, E. (2019). Komponen Biomotor Olahraga (ES Kriswanto. *Samudra Biru*.
- Murwat, L. A. (2021). PERBANDINGAN TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA SEKOLAH DASAR DAERAH PERKOTAAN DAN PEDESAAN.
- Rosmi, Y. F. (2016). Kontribusi Power Otot Tungkai, Persepsi Kinestetik dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Keberhasilan Tembak Lompat (Jump Shoot) Bolabasket. *Buana Pendidikan: Jurnal Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unipa Surabaya*, 12(22), 135-157.
- Situmorang, K. A., & Nugroho, R. A. (2022). PENINGKATAN KEMAMPUAN BIOMOTOR DENGAN PERMAINAN TRADISIONAL SISWA SMA NEGERI 1 BELALAU. *Journal Of Physical Education*, 3(1), 13-16.
- Statistik, B. P. (2010). Klasifikasi Perkotaan dan Perdesaan di Indonesia. *Badan Pusat Statistik Republik Indonesia*, 13.
- Sugiyono, (2011). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, F. X. (2017). *Neraca Pembayaran: Konsep, Metodologi dan Penerapan* (Vol. 4). Pusat Pendidikan Dan Studi Kebanksentralan (PPSK) Bank Indonesia.
- Sujiono, B., Sumantri, M. S., & Chandrawati, T. (2014). Hakikat Perkembangan Motorik Anak. Modul Metode Pengembangan Fisik, 1-21.
- Wandi, Z. N., & Mayar, F. (2019). Analisis kemampuan motorik halus dan kreativitas pada anak usia dini melalui kegiatan kolase. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 351-358.
- Widi, S. C. P. (2015). Kemampuan Motorik Kasar dan Halus Anak Usia 4-6 Tahun. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(2).

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pembimbing Tugas Akhir



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
Alamat : Jl. Kalonda No.1 Yogyakarta 55191, Telp. (0174) 559824, 513891, Faksimile (0174) 513891.
Laman : <http://www.uny.ac.id> Sarai : sarai@uny.ac.id

29 Maret 2022

Kpd Yth Saudara Kartika Sari NIM 19604221072

Mahasiswa Prodi PGSD Penjas

Dengan hormat,

Berdasarkan surat saudara tentang permohonan judul penulisan Tugas Akhir Skripsi. Kami menyetujui judul Tugas Akhir Skripsi saudara dengan:

Judul Tugas Akhir : Pengaruh Letak Geografis Sekolah Dasar terhadap Minat Pembelajaran Jasmani di SD Muhammadiyah Baendu Kota dan SD Ringucharjo.

Dosen Pembimbing : Dr. Hari Yuliarto, M.Kes.

Selanjutnya saudara bisa segera menghubungi dosen pembimbing untuk memulai proses bimbingan dengan menyertakan judul, permasalahan singkat dan metode penelitian.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiamnya dicapkan terima kasih.

Kooprodi PGSD Penjas

Dr. Hari Yuliarto, M. Kes.
NIP 19670701 199412 1 001

Lampiran 2. Kartu Bimbingan TAS

 <p style="text-align: center;"> KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092. Laman : http://www.flkk.uny.ac.id. Surel : humas.flkk@uny.ac.id </p> <hr/> <p style="text-align: center;">FORMULIR BIMBINGAN PENYUSUNAN LAPORAN TA</p>				
Nama Mahasiswa	: Kartika Sari			
Dosen Pembimbing	: Dr. Hari Yuliarto, M.Kes.			
NIM	: 19604221072			
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar			
Judul TA	: Perbedaan Kemampuan Motorik Unsur Kecepatan Peserta Didik di Pedesaan dan di Perkotaan			
No.	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Hasil/Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1.	21 Januari 2023	Konsultasi Judul Skripsi	Diterima dengan Penyempurnaan	
2.	24 Januari 2023	Konsultasi Judul Skripsi	Diterima dengan Penyempurnaan	
3.	5 Juli 2023	Konsultasi Bab 1-3	Revisi	
4.	12 Juli 2023	Konsultasi Bab 1-3	Diterima dengan revisi	
5.	13 Juli 2023	Konsultasi Bab 1-3	Diterima	
6.	19 Juli 2023	Konsultasi Bab 4-5	Revisi	
7.	21 Juli 2023	Konsultasi Bab 4-5	Diterima dengan revisi	
8.	31 Juli 2023	ACC ujian		

Yogyakarta, 31 Juli 2023

Mengetahui
Koord.Prdi S1 PJSD

Dr.Hari Yuliarto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Mahasiswa

Kartika Sari
NIM. 19604221072

CS Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian SD Negeri Kraton

SURAT IZIN PENELITIAN about:bla

**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: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1402/UN34.16/PT.01.04/2023 5 Juli 2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala SD Negeri Kraton
Wahyu Nugraheni, S.Pd., M.Si.
Jl. Ngasem No.38, RW.08, Kadipaten, Kecamatan Kraton, Kota Yogyakarta, Daerah
Istimewa Yogyakarta 55132

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

Nama	:	Kartika Sari
NIM	:	19604221072
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - SI
Tujuan	:	Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	:	PENGARUH SOSIAL, EKONOMI, DAN GEOGRAFIS TERHADAP PRESTASI BIOMOTOR (KECEPATAN) SISWA KELAS IV SD NEGERI KRATON DAN MI AL-HADI II
Waktu Penelitian	:	Kamis - Jumat, 6 - 7 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,


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

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

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian MI Al-Hadi II

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian/Qm5uc>



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: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1401/UN34.16/PT.01.04/2023

5 Juli 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala MI Al-Hadi II
Akhiyat, S.Ag
Kalirandu, Bangunjiwo, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta
55184

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

Nama	:	Kartika Sari
NIM	:	19604221072
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan	:	Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	:	PENGARUH SOSIAL, EKONOMI, DAN GEOGRAFIS TERHADAP PRESTASI BIOMOTOR (KECEPATAN) SISWA KELAS IV SD NEGERI KRATON DAN MI AL-HADI II
Waktu Penelitian	:	Kamis - Jumat, 6 - 7 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,



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

Tembusan :

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

Lampiran 5. Surat Balasan Penelitian



MADRASAH IBTIDAIYYAH AL-HADI II

Alamat: Mejing Kalirandu Bangunjiwo Kasihan Bantul Yogyakarta 55184
Telp : 08156806117 | mialhadikasihan@gmail.com

NO. : 206/MIA II/XI/2022

Lamp. :

Hal : Balasan Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Universitas Negeri Yogyakarta

Di tempat

Dengan hormat,

Menanggapi surat dari Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta Nomor tanggal tentang permohonan izin penelitian untuk menyelesaikan Tugas Akhir bagi mahasiswa yang bernama :

Nama : Kartika Sari

NIM : 19604221072

Prodi/Semester : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1

Waktu :

Tempat : MI Al-Hadi II

Keperluan : Penelitian

Judul Tugas Akhir : Perbedaan Kemampuan Biomotor Unsur Kecepatan Peserta Didik di Pedesaan dan Perkotaan

Berkenaan dengan ini kami tidak keberatan yang bersangkutan untuk melaksanakan penelitian di MI Al-Hadi II Kepanewon Kasihan.

Demikian surat ini kami sampaikan, agar dapat digunakan sebaik-baiknya. Atas perhatiannya diucapkan terimakasih

Kepala Madrasah,



NIP. 19720613 200604 1 017



Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 6. Data Hasil Tes Kecepatan Lari 40 Meter

SD Negeri Kraton		MI Al-Hadi II	
Responden	Hasil (detik)	Responden	Hasil (detik)
1.	8.68	1.	9.26
2.	7.83	2.	8.53
3.	10.09	3.	10,32
4.	9.43	4.	8.48
5.	12.97	5.	9.54
6.	11.57	6.	11.05
7.	14.08	7.	10.52
8.	13.41	8.	10.13
9.	10.26	9.	12.20
10.	9.86	10.	8.40
11.	11.84	11.	7.02
12.	10.96	12.	9.05
13.	9.56	13.	13.21
14.	14.41	14.	9.56
15.	10.47	15.	10.49

Lampiran 7. Data Hasil Uji Normalitas

NORMALITAS

Tests of Normality

	Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kecepatan Lari	Pedesaan	.198	15	.116	.914	15	.158
	Perkotaan	.144	15	.200*	.956	15	.630

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 8. Hasil Uji *One Way ANNOVA*

ONE WAY ANOVA

Descriptives

KecepatanLari

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Pedesaan	15	7.4487	1.19840	.30943	6.7850	8.1123	5.93	10.13
Perkotaan	15	11.0280	1.97755	.51060	9.9329	12.1231	7.83	14.41
Total	30	9.2383	2.42788	.44327	8.3317	10.1449	5.93	14.41

ANOVA

KecepatanLari

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	96.087	1	96.087	35.941	.000
Within Groups	74.856	28	2.673		
Total	170.943	29			

Lampiran 9. Dokumentasi Tes Kecepatan Lari 40 Meter di SD Negeri Kraton



Lampiran 10. Dokumentasi Tes Kecepatan Lari 40 Meter di MI Al-Hadi II

