

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS V
TAHUN AJARAN 2023/2024 DI SD NEGERI KARANGANYAR 3
KECAMATAN SAMBUNGMACAN KABUPATEN SRAGEN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi S1-Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Oleh :

Vyona Valencia
NIM 20604221044

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS V
TAHUN AJARAN 2023/2024 DI SD NEGERI KARANGANYAR 3
KECAMATAN SAMBUNGMACAN KABUPATEN SRAGEN**

Oleh :

Vyona Valencia
NIM.20604221044

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas V Sekolah Dasar Negeri Karanganyar 3 Sragen tahun ajaran 2023/2024.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan instrumen penelitian menggunakan tes *motor ability* dari Nurhasan (2007,p.135). Instrumen tes mengacu pada tes *motor ability* untuk sekolah dasar yang meliputi tes lari cepat 30 meter (kecepatan), tes *shuttle-run* 4 x 10 meter (kelincahan), tes lempar tangkap bola jarak 1 meter (koordinasi), dan tes *stork stand positional balance* (keseimbangan), dengan validitas sebesar 0,93 dan reliabilitas sebesar 0,87. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas V SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dengan jumlah 32 peserta didik (22 Peserta Didik Putra dan 10 Peserta Didik Putri). Hasil data penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif lalu dituangkan ke dalam bentuk persentase.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh maka disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik kelas V di Sekolah Dasar Negeri Karanganyar 3 Sragen berada pada kategori “kurang” dengan persentase dalam kategori sangat baik terdapat 2 peserta didik atau 9,1%, pada kategori baik sebanyak 5 peserta didik atau 22,7%, pada kategori cukup sebanyak 6 peserta didik atau 27,3%, pada kategori kurang sebanyak 7 peserta didik atau 31,8%, pada kategori sangat kurang sebanyak 2 peserta didik atau 9,1%. Tingkat kemampuan peserta didik putri kelas V di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen berada pada kategori “cukup” dengan persentase dalam kategori sangat baik sebanyak 1 peserta didik atau 10%, pada kategori baik 1 peserta didik atau 10%, pada kategori cukup 5 peserta didik atau 50%, pada kategori kurang 2 peserta didik atau 20%, sedangkan pada kategori sangat kurang 1 peserta didik atau 10%.

Kata Kunci: *Kemampuan Motorik, Peserta Didik Kelas V, Sekolah Dasar Negeri Karanganyar 3 Sragen*

**LEVEL OF MOTORIC SKILLS OF THE FIFTH GRADE STUDENTS OF
SD NEGERI KARANGANYAR 3, SAMBUNGMACAN DISTRICT,
SRAGEN REGENCY IN 2023/2024 SCHOOL YEAR**

ABSTRACT

This research aims to determine the level of motoric skills of the fifth grade students of SD Negeri Karanganyar 3 (Karanganyar 3 Elementary School), Sragen in 2023/2024 school year.

This research was a descriptive quantitative study with research instruments using the motoric skill test from Nurhasan (2007, p.135). The test instrument referred to the motor skill test for elementary schools which included a 30 meter sprint test (speed), a 4 x 10 meter shuttle-run test (agility), a 1 meter throw and catch ball test (coordination), and a stork stand positional balance test (balance), with a validity of 0.93 and a reliability of 0.87. The research subjects were the fifth grade students of SD Negeri Karanganyar 3 Sragen with a total of 32 students (22 male students and 10 female students). The results of this research data were analyzed by using descriptive quantitative analysis techniques and then elaborated in percentages.

Based on the research results obtained, it is concluded that the level of motoric skills of the fifth grade students of SD Negeri Karanganyar 3, Sragen is as follows: in the "low" level for about 2 students or at 9.1%, in the high level there are 5 students or at 22.7%, in the medium level there are 6 students or at 27.3%, in the quite low level there are 7 students or at 31.8%, and in the very low level there are 2 students or at 9.1%. The level of motoric skills of the female fifth grade students of SD Negeri Karanganyar 3 Sragen is as follows: in the "low" level for about 1 student or at 10%, in the high level for about 1 student or at 10%, in the medium level for about 5 students or at 50%, in the quite low level for about 2 students or at 20%, while in the very low level for about 1 student or at 10%.

Keywords: *Motoric Skill, Fifth Grade Students, SD Negeri Karanganyar 3 Sragen*

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Vyona Valencia
NIM : 20604221044
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan (FIKK)
Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V Tahun
Ajaran 2023/2024 di SD Negeri Karanganyar 3 Kecamatan
Sambungmacan Kabupaten Sragen

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

Yogyakarta, 29 Januari 2024
Yang Menyatakan



Vyona Valencia
NIM.20604221044

LEMBAR PERSETUJUAN

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS V
TAHUN AJARAN 2023/2024 DI SD NEGERI KARANGANYAR 3
KECAMATAN SAMBUNGMACAN KABUPATEN SRAGEN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**VYONA VALENCIA
NIM.20604221044**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 29 Januari 2024

Mengetahui,
Koordinator Program Studi
S1-PJSD

Dosen Pembimbing


Dr. Aris Fajar Pambudi, M.Or.
NIP. 19820522 200912 1 006


Nur Sita Utami, S.Pd., M.Or.
NIP. 19890825 201404 2 003

LEMBAR PENGESAHAN

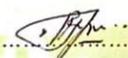
TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS V
TAHUN AJARAN 2023/2024 DI SD NEGERI KARANGANYAR 3
KECAMATAN SAMBUNGMACAN KABUPATEN SRAGEN

TUGAS AKHIR SKRIPSI

VYONA VALENCIA
NIM.20604221044

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 20 Februari 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nur Sita Utami, S.Pd., M.Or (Ketua Tim Penguji)		28/2 2024
Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or (Sekretaris Tim Penguji)		27/2 2024
Dra.A. Erlina Listyarini, M.Pd (Penguji Utama)		27/2 2024

Yogyakarta, 29 Februari 2024
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh S.Or., M.Or.
NIP. 19830626 200812 1 002

MOTTO

Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberikan kekuatan
kepadaku

(Filipi 4:13)

Kejarlah sarjanamu, meski skripsi menghadangmu

(Vyona Valencia)

Untuk segala sesuatu ada masanya, untuk apa pun di bawah langit ada waktunya

(Pengkhotbah 3:1)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan Syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala karunia-Nya sehingga karya Tugas Akhir Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Karya sederhana ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya (Bapak Sutrisno dan Ibu Lilik Handayani) yang telah merawat, mendidik, dan membimbing saya untuk bisa menjadi pribadi seperti sekarang ini, terimakasih atas doa, pengorbanan dan kasih sayang yang diberikan hingga saat ini.
2. Kakek nenek saya (Bapak Hartoyo , Ibu Widowati dan Ibu Dami) yang senantiasa memberikan semangat dan doanya selama penulis mengerjakan Tugas Akhir Skripsi.
3. Adek kandung saya (Yosua Dika Adriansa) dan Kakak saya (Renaldy Agnesius & Novita Mulyaningsih) yang selalu memberi semangat dan memberi dorongan setiap saya melangkah hingga saat ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas dan karunia-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen Tahun Ajaran 2023/2024” ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Terselesainya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or., selaku koorprodi S1-Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Ibu Nur Sita Utami, S.Pd., M.Or., dosen pembimbing tugas akhir skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Ibu Sri Sunarmi, S.Pd.SD, selaku kepala sekolah SD Negeri Karanganyar 3 Sragen yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi.

5. Bapak Teguh Yuwonon, S.Pd, selaku guru PJOK SD Negeri Karanganyar 3 Sragen yang telah memberikan bantuan dan kerja sama dalam pelaksanaan penelitian.
6. Keluarga besar PJSD A 2020 yang solid, asik dan kompak selama perkuliahan yang selalu memberi semangat, motivasi dan bantuannya selama menjalani perkuliahan.
7. Teman seperjuangan saya (Rima Oktaviana Nur Saputri dan Dwilam Sari) yang telah memberikan saya semangat, motivasi dan selalu sedia mendengarkan keluh kesah saya selama perkuliahan hingga saat ini.
8. Semua pihak yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Tuhan Yang Maha Esa. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 14 Januari 2024

Penulis,



Vyona Valencia

NIM.20604221044

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	8
A. Landasan Teori.....	8
1. Hakikat Pendidikan Jasmani.....	8
2. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani	10
3. Tujuan Pendidikan Jasmani	14
4. Manfaat Pendidikan Jasmani	15
5. Hakikat Kemampuan Motorik	17
6. Unsur-unsur Kemampuan Motorik.....	19
7. Fungsi Kemampuan Motorik.....	22
8. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik	24
9. Karakteristik Anak Sekolah Dasar	28
B. Kajian Penelitian yang Relevan	30
C. Kerangka Berfikir.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian	35
C. Populasi dan Sampel Penelitian	35
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	36
1. Instrumen Penelitian	36
2. Teknik Pengumpulan Data	37

F. Teknik Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Deskripsi Data Penelitian.....	43
1. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra.....	43
2. Kemampuan Kelincahan Peserta Didik Putra	45
3. Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putra.....	47
4. Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putra	49
5. Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putra.....	51
6. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri	53
7. Kemampuan Kelincahan Peserta Didik Putri	55
8. Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri.....	57
9. Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putri.....	59
10. Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putri	61
B. Pembahasan.....	63
C. Keterbatasan Penelitian.....	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	66
A. Kesimpulan	66
B. Implikasi Penelitian.....	66
C. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian	35
Tabel 2. Norma Penilaian	41
Tabel 3. Statistik Analisis Data Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra.....	44
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kemampuan Motorik Kelas V Peserta Didik Putra SD Negeri Karanganyar 3	44
Tabel 5. Statistik Kemampuan Kelincahan Peserta Didik Putra	46
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kelincahan Kelas V Peserta Didik Putra SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.	46
Tabel 7. Statistik Kemampuan Koordinasi Peserta Didik Putra	48
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putra.....	48
Tabel 9. Statistik Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putra.....	50
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Kemampuan Keseimbangan Kelas V Peserta Didik SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	50
Tabel 11. Statistik Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putra	52
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kecepatan Kelas V Peserta Didik Putra SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.....	52
Tabel 13. Statistik Analisis Data Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri	54
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Kemampuan Motorik Kelas V Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	54
Tabel 15. Statistik Kemampuan Kelincahan Peserta Didik Putri.....	56
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kelincahan Kelas V Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	56
Tabel 17. Statistik Kemampuan Koordinasi Peserta Didik Putri	58
Tabel 18. Distribusi Frekuensi Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	58
Tabel 19. Statistik Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putri	60
Tabel 20. Distribusi Frekuensi Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	60
Tabel 21. Statistik Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putri	62
Tabel 22. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	62

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Bagan Kerangka Berfikir	34
Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Motorik Kelas V Peserta Didik Putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.....	45
Gambar 3. Diagram Batang Kemampuan Kelincahan Kelas V Peserta Didik Putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.....	47
Gambar 4. Diagram Batang Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Kelas V Peserta Didik Putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	49
Gambar 5. Diagram Batang Kemampuan Keseimbangan Kelas V Peserta Didik Putra SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.....	51
Gambar 6. Diagram Batang Kemampuan Kecepatan Kelas V Peserta Didik Putra SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	53
Gambar 7. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Motorik Kelas V Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	55
Gambar 8. Diagram Batang Kemampuan Kelincahan Kelas V Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	57
Gambar 9. Diagram Batang Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	59
Gambar 10. Diagram Batang Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.....	61
Gambar 11. Diagram Batang Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	63
Gambar 12. Peneliti Menjelaskan Prosedur Pelaksanaan Tes	71
Gambar 13. Peserta Didik Melakukan Pemanasan Sebelum Pengambilan Data	71
Gambar 14. Dokumentasi Tes Lari Cepat 30 Meter.....	71
Gambar 15. Dokumentasi Tes <i>Shuttle-Run</i> 4 x 10 Meter.....	71
Gambar 16. Dokumentasi Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 Meter Dengan Tembok	72
Gambar 17. Dokumentasi Tes <i>Stork Stand Positional Balance</i>	72
Gambar 18. Dokumentasi Akhir Setelah Pelaksanaan Tes Bersama Guru PJOK SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.....	71
Gambar 19. Dokumentasi Akhir Bersama Peserta Didik	71

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Persetujuan Judul	71
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	72
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian Dari SD Negeri Karanganyar 3 Sragen	73
Lampiran 4. Hasil Penelitian	74
Lampiran 5. Data Penelitian Keseluruhan Putra	75
Lampiran 6. Data Penelitian Keseluruhan Putri.....	76
Lampiran 7. Analisis Deskriptif Statistik Motorik Berdasarkan <i>T-Skor</i> Putra	77
Lampiran 8. Analisis Deskriptif Statistik Kelincahan Berdasarkan <i>T-Skor</i> Putra	78
Lampiran 9. Analisis Deskriptif Statistik Koordinasi Berdasarkan <i>T-Skor</i> Putra	79
Lampiran 10. Analisis Deskriptif Statistik Keseimbangan Berdasarkan <i>T-Skor</i> Putra	80
Lampiran 11. Analisis Deskriptif Statistik Kecepatan Berdasarkan <i>T-Skor</i> Putra	81
Lampiran 12. Analisis Deskriptif Statistik Motorik Berdasarkan <i>T-Skor</i> Putri.....	82
Lampiran 13. Analisis Deskriptif Statistik Kelincahan Berdasarkan <i>T-Skor</i> Putri.....	83
Lampiran 14. Analisis Deskriptif Statistik Koordinasi Berdasarkan <i>T-Skor</i> Putri	84
Lampiran 15. Analisis Deskriptif Statistik Keseimbangan Berdasarkan <i>T-Skor</i> Putri	85
Lampiran 16. Analisis Deskriptif Statistik Kecepatan Berdasarkan <i>T-Skor</i> Putri	86
Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian	87

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan dengan menyesuaikan kegiatan fisik seperti organ, neuromuskuler, intelektual, sosial, budaya, emosional dan etika (Nugraheni, 2019, p. 2). Melalui pendidikan jasmani, peserta didik mendapatkan berbagai pengalaman dalam aktivitas yang nyata sehingga benar-benar mengarah pada sikap dan tindakan yang baik. Pendidikan jasmani memberikan pengajaran dan pembelajaran tentang kegiatan fisik dan olahraga untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, dan keterampilan motorik siswa. Pembelajaran merupakan salah satu sarana dunia pendidikan untuk memberikan ide dan saran kepada peserta didik berkembang dan tumbuh sesuai dengan tahap dan tingkat perkembangannya. Proses pendidikan menawarkan kesempatan kepada peserta didik dapat berubah dari ketidaktahuan menjadi pengetahuan dan dari tidak bisa menjadi bisa.

Pendidikan secara umum bertujuan untuk mencerdaskan diri peserta didik agar menjadi manusia yang berkualitas dan mampu berkontribusi positif terhadap masyarakat dan lingkungan sekitarnya. Adanya kontribusi positif peserta didik akan membantu kemajuan bangsa untuk tumbuh dan berkembang menciptakan masa depan yang lebih baik. Melalui pendidikan jasmani peserta didik tidak hanya belajar tentang aktivitas fisik saja melainkan pendidikan

jasmani memiliki peran untuk membentuk karakter, sikap dan perilaku hidup sehat. Sehingga tidak hanya terletak pada pengetahuan tetapi memberikan peningkatan kemampuan serta keterampilan dalam bergerak.

Pendidikan jasmani dapat memberikan peningkatan kualitas hidup bagi pelakunya khususnya peserta didik. Melalui pendidikan jasmani peserta didik dapat memiliki kesempatan untuk bebas meningkatkan dan melestarikan kemampuan fisiknya serta bakat dan minatnya dalam beraktivitas fisik. Pendidikan jasmani tidak hanya berpusat pada peningkatan kemampuan fisik tetapi juga mampu menumbuhkan mental dan moral peserta didik dalam kehidupan sehari-hari. Apabila peserta didik memiliki perkembangan fisik dan mental yang menyatu terbukti bahwa pendidikan jasmani dapat menjadi kunci keberhasilan.

Pendidikan jasmani memiliki fungsi sebagai salah satu komponen penting dari seluruh proses pendidikan dengan tujuan meningkatkan produktivitas manusia melalui inisiatif fisik dan berbasis media yang dapat dijadikan untuk mengembangkan dan memelihara tubuh manusia. Proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar yang diterapkan oleh guru pendidikan jasmani harus mengetahui dan mempertimbangkan kepribadian siswa. Sehingga dalam pengukuran pembelajaran jasmani dapat dilakukan secara efektif. Dalam prosesnya, pembelajaran pendidikan jasmani seorang guru harus mampu memodifikasi pembelajaran sehingga materi pembelajaran dapat tersampaikan dengan maksimal. Hal ini disebabkan oleh karakteristik peserta

didik pada tingkat sekolah dasar masih berada pada tahap dasar dalam proses perkembangannya.

Melalui pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar, peserta didik dapat meningkatkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik serta nilai fungsional yang meliputi kognitif, afektif serta psikomotorik. Kemampuan gerak salah satu faktor yang dapat berpengaruh dalam tingkat keberhasilan peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Pada saat peserta didik melakukan kegiatan melalui pembelajaran pendidikan jasmani dapat memperoleh suatu tujuan dan manfaat yang salah satunya yaitu kemampuan motorik kasar pada anak. Dapat dilihat perkembangan motorik kasar peserta didik sekolah dasar sudah dapat diperhatikan sejak usia dini bahkan pada saat melakukan aktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Fitriani (2017, p. 25) Gerakan motorik peserta didik sangat penting karena anak-anak sering melakukan gerakan-gerakan motorik sederhana seperti berjalan, berlari, dan melompat.

Pada kenyataannya di lapangan pada saat pembelajaran pendidikan jasmani peserta didik kurang melaksanakan dengan optimal. Dikarenakan ada beberapa hal yang dapat menjadi faktor penyebab terjadinya pembelajaran yang kurang efektif, beberapa contohnya seperti kurangnya kemampuan pendidik dalam menyampaikan materi, metode mengajar yang digunakan pendidik kurang efisien sehingga tidak tepat serta bisa jadi pendidik kurang dapat beradaptasi dengan ilmu pembelajaran yang baru ataupun modern.

Sekolah Dasar Negeri Karanganyar 3 adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang Sekolah Dasar di Karanganyar, Kecamatan Sambungmacan, Kabupaten Sragen, Jawa Tengah. Dalam menjalankan kegiatannya, SD Negeri Karanganyar 3 berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. SD Negeri Karanganyar 3 memiliki akreditasi B, berdasarkan sertifikat 137/BAP-SM/X/2014 di pimpin oleh seorang kepala sekolah bernama Sri Sunarmi, S.Pd.SD.

Berdasarkan observasi peneliti sebelum melakukan penelitian memperlihatkan bahwa terdapat peserta didik kelas V yang saat mengikuti pembelajaran berperan aktif dan antusias pada saat mengikuti pembelajaran. Akan tetapi terdapat beberapa peserta didik yang kurang antusias dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam proses observasi tersebut terlihat pada waktu jam istirahat terdapat peserta didik yang menghabiskan waktu dengan membeli jajanan atau bercerita dengan temannya duduk didepan kelas, tidak banyak peserta didik yang menghabiskan waktu istirahatnya dengan bermain bola, bermain permainan tradisional, dan kejar-kejaran di halaman sekolah. Proses pembelajaran motorik peserta didik biasanya dilakukan pada saat anak bermain di halaman sekolah, selain itu pada saat peserta didik berangkat dan pulang sekolah dengan berjalan atau bersepeda dapat juga menjadi proses perkembangan motorik kasar pada anak. Akan tetapi banyak orang tua peserta didik yang tidak membiarkan anaknya untuk berangkat ke sekolah dengan berjalan ataupun naik sepeda dan lebih memilih mengantar anaknya untuk berangkat dan pulang sekolah dengan alasan

keamanan dan keselamatan peserta didik, hal itu dapat menjadi salah satu faktor penghambat dalam perkembangan gerak anak.

SD Negeri Karanganyar 3 telah melakukan pembelajaran sesuai dengan Kurikulum 2013 dan Kurikulum Merdeka namun dalam pelaksanaannya terdapat beberapa peserta didik yang rendah antusiasnya dalam melakukan pendidikan jasmani. Hal ini dapat di tandai dengan kurang aktifnya anak dalam melakukan aktivitas gerak pada saat pembelajaran PJOK yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik pada anak. Berdasarkan pemaparan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V Tahun Ajaran 2023/2024 di SD Negeri Karanganyar 3 Kecamatan Sambungmacan Kabupaten Sragen”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Rendahnya antusias peserta didik kelas V dalam melakukan gerakan motorik pada saat pembelajaran PJOK berlangsung di SD Negeri Karanganyar 3 Kecamatan Sambungmacan Kabupaten Sragen Tahun Ajaran 2023/2024
2. Rendahnya antusias peserta didik dalam melakukan aktivitas jasmani pada saat jam istirahat.
3. Sarana dan prasarana tidak mencukupi untuk pembelajaran pendidikan jasmani.

4. Kurangnya aktivitas gerak atau aktivitas jasmani peserta didik akibat kecenderungan bermain *game online*.
5. Belum diketahuinya tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas V Tahun Ajaran 2023/2024 di SD Negeri Karanganyar 3 Kecamatan Sambungmacan Kabupaten Sragen

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas, agar penelitian ini lebih efektif, efisien, terarah dan dapat dikaji mendalam maka diperlukan pembatasan masalah. Maka penelitian ini dibatasi pada tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas V Tahun Ajaran 2023/2024 di SD Negeri Karanganyar 3 Kecamatan Sambungmacan Kabupaten Sragen.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah peneliti kemukakan diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Seberapa baik tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas V Tahun Ajaran 2023/2024 di SD Negeri Karanganyar 3 Kecamatan Sambungmacan Kabupaten Sragen?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang diuraikan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas V Tahun Ajaran 2023/2024 di SD Negeri Karanganyar 3 Kecamatan Sambungmacan Kabupaten Sragen.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi semua pihak yang terkait adapun manfaat dapat ditinjau dari segi teoretis dan praktis.

1. Manfaat Teoretis

- a. Sebagai alat ukur untuk mengetahui kemampuan motorik peserta didik.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi yang bermanfaat dalam proses pembelajaran motorik di sekolah dasar.
- c. Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan sumbangan keilmuan pada proses pembelajaran motorik di sekolah dasar.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber acuan referensi yang dapat diberikan kepada peserta didik dalam meningkatkan hasil kualitas pembelajaran PJOK.

b. Bagi Peserta Didik

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai alat ukur untuk mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki peserta didik sehingga dapat lebih memotivasi peserta didik untuk giat aktif bergerak dalam aktivitas jasmani yang dapat meningkatkan kemampuannya agar lebih baik.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan terjemahan dari *physical education*. Istilah “Pendidikan” berasal dari Bahasa Yunani *Paedagogie* yang berarti bimbingan yang diberikan kepada anak. Dalam Bahasa Inggris, pendidikan disebut dengan *education* yang memiliki arti membawa keluar yang tersimpan dalam jiwa anak untuk dituntun agar tumbuh dan berkembang (Astuti, 2020, p. 2). Sementara kata “Jasmani” memiliki arti yang bersifat jasad atau kejasadan yang memiliki maksud bahwa dia sekali-kali bukan hendak mendidik jasad manusia, tetapi merupakan usaha pendidikan dengan jalan menggunakan tubuh manusia sebagai sasaran antara dalam membina pengembangan manusia itu seluruhnya baik itu dari aspek kognitif, afektif dan psikomotor yang menjadi satu kesatuan yang utuh. (Alif & Sudirjo, 2019, pp. 6-7)

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang menggunakan aktivitas jasmani guna meningkatkan kebugaran, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup aktif dan sikap sportif. Pendidikan jasmani dapat dilaksanakan dimana dan kapan saja tidak hanya dilaksanakan dalam suatu lembaga formal maupun non formal akan tetapi, pendidikan jasmani dapat dilakukan dimana saja sesuai kebutuhan serta keinginan dari setiap individu itu sendiri. Suatu proses

pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari keseluruhan pendidikan yang memiliki tujuan untuk meningkatkan kinerja manusia melalui media kegiatan fisik yang dipilih individu itu sendiri untuk mewujudkan hasilnya.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, dan perilaku hidup sehat serta aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Pendidikan jasmani adalah bidang pendidikan yang fokus pada pembelajaran melalui aktivitas jasmani, tujuannya untuk meningkatkan kebugaran jasmani, yang mencakup aspek-aspek seperti kekuatan, kecepatan, ketangkasan, dan daya tahan tubuh. Dalam proses ini, siswa terlibat dalam berbagai kegiatan fisik seperti olahraga, permainan, latihan dan gerakan tubuh lainnya. Selain itu, pendidikan jasmani juga bertujuan untuk mengembangkan keterampilan motorik siswa. Keterampilan motorik meliputi kemampuan mengontrol dan menggunakan otot-otot tubuh secara efektif, baik dalam gerakan kasar maupun gerakan halus. Dalam pembelajaran ini, siswa diberi kesempatan untuk meningkatkan koordinasi, keseimbangan, ketepatan, kecepatan dan kekuatan otot mereka. Pendidikan jasmani juga ikut berkontribusi pada peningkatan pengetahuan siswa tentang pentingnya hidup sehat dan aktif. Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam mengembangkan kebugaran fisik, keterampilan motorik, pengetahuan tentang hidup sehat, sikap sportif, dan kecerdasan emosi siswa. Melalui pembelajaran ini, siswa

dapat memperoleh manfaat jangka panjang untuk kesehatan dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Dari berbagai uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah bagian integral dalam suatu pendidikan yang menggunakan praktek langsung dengan aktivitas jasmani sebagai media utama yang dapat menjadi penunjang untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan jasmani dari semua aspek, sehingga tujuan pendidikan jasmani dapat dicapai secara menyeluruh. Dapat didefinisikan bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu bagian penting yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan secara umum. Hal tersebut disebabkan dalam pendidikan jasmani diharapkan mampu meningkatkan perkembangan kognitif, afektif serta psikomotorik anak dapat berkembang dan tumbuh dengan optimal.

2. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Ruang lingkup pendidikan jasmani merupakan seluruh kegiatan yang dilakukan dengan tujuan untuk perkembangan fisik, gerak, mental dan perkembangan sosial. Menurut Rahayu (2014, p. 18) bahwa ruang lingkup pendidikan jasmani olahraga, kesehatan dan rekreasi adalah sebagai berikut:

a. Permainan dan Olahraga

Permainan dan olahraga mencakup tentang olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerakan, keterampilan dalam melakukan gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.

b. **Aktivitas Pengembangan Diri**

Aktivitas pengembangan diri terdiri dari mekanika sikap tubuh, komponen dari kebugaran jasmani dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.

c. **Aktivitas Senam**

Aktivitas senam terdiri dari ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, senam lantai serta aktivitas lainnya.

d. **Aktivitas Ritmik**

Aktivitas ritmik meliputi melakukan gerak bebas, SKJ, senam aerobik serta aktivitas lainnya.

e. **Aktivitas Air**

Dalam aktivitas air ini mencakup permainan air, keselamatan di dalam air, keterampilan melakukan gerakan di dalam air dan renang serta aktivitas air lainnya.

f. **Pendidikan Luar Kelas**

Pendidikan di luar kelas meliputi kegiatan piknik atau karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah dan mendaki gunung.

g. **Kesehatan.**

Kesehatan meliputi pengenalan budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya mengenai perawatan tubuh agar tetap sehat dan bugar, memilih makanan dan minuman yang bergizi dan sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K maupun UKS.

Ruang lingkup pendidikan jasmani mencakup berbagai aspek yang mendukung pengembangan fisik serta kesehatan secara holistik. Terdapat beberapa komponen utama yang termasuk dalam ruang lingkup pendidikan jasmani, seperti:

a. Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik melibatkan berbagai jenis gerakan dan aktivitas fisik, seperti pada saat berlari, berenang, bersepeda, senam, dan latihan fisik lainnya. Tujuan dari aktivitas fisik adalah untuk meningkatkan kebugaran fisik, kekuatan otot, daya tahan dan kelincahan.

b. Olahraga

Olahraga membantu mengembangkan keterampilan diri kita, kerjasama tim, strategi hingga pengelolaan emosi.

c. Permainan Tradisional dan Modern

Selain olahraga, pendidikan jasmani juga melibatkan permainan tradisional maupun modern, baik yang dilakukan secara individu maupun kelompok. Ini membantu dalam mengembangkan kreativitas, keterampilan sosial dan strategi.

d. Kesehatan dan Gizi

Ruang lingkup pendidikan jasmani juga mencakup aspek kesehatan dan gizi. Ini termasuk pemahaman tentang pentingnya aktivitas fisik teratur, menjaga pola makan yang sehat, dan hidup sehat secara umum.

e. Anatomi dan Fisiologi

Pendidikan jasmani juga dapat melibatkan pemahaman tentang anatomi dan fisiologi manusia. Ini dapat membantu peserta didik memahami bagaimana tubuh dapat berfungsi dengan baik selama aktivitas fisik dan olahraga.

f. Pengembangan Motorik

Pendidikan jasmani juga berfokus kepada pengembangan motorik, seperti keterampilan dasar seperti berlari, berjalan, melompat, melempar, menangkap, dan keterampilan kompleks seperti aktivitas air atau renang gaya bebas.

g. Kesehatan Mental

Aktivitas fisik teratur telah terbukti dapat membantu dalam mengurangi stress, meningkatkan suasana hati dan mampu mendukung kesehatan mental secara keseluruhan.

h. Pendidikan Seksualitas

Beberapa kurikulum dalam pendidikan jasmani juga memasukkan pendidikan seksualitas yang tepat sesuai dengan bagian dari ruang lingkungannya, dapat membantu siswa memahami dan mengetahui tentang aspek-aspek penting tentang tubuh, hubungan dan kesehatan reproduksi manusia.

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa ruang lingkup pendidikan jasmani dan kesehatan memiliki beberapa aspek yaitu permainan, aktivitas pengembangan diri, aktivitas senam, aktivitas

ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas dan kesehatan. Salah satu aspek yang masuk ke dalam semua aspek adalah aspek kesehatan, karena aspek kesehatan merupakan aspek utama.

3. Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pendidikan jasmani di lingkungan sekolah adalah meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional serta sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai sikap dan untuk membiasakan peserta didik serta warga sekolah untuk hidup sehat. Tujuan pendidikan jasmani menurut Setiawan (2017, p. 9) dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Mata Pelajaran Penjas tahun 2006 adalah agar peserta didik memiliki beberapa kemampuan sebagai berikut:

- a. Mampu mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam suatu upaya pengembangan serta pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat peserta didik melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- b. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik untuk kedepannya.
- c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- d. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui penekanan nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

- e. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri serta demokratis.
- f. Mengembangkan keterampilan guna menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- g. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai suatu informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Berdasarkan pengertian di atas, selain untuk mencakup unsur kognitif , afektif dan psikomotor tujuan pendidikan jasmani dapat dianalisis bahwa dapat mencakup aspek fisik.

4. Manfaat Pendidikan Jasmani

Tujuan dari pendidikan jasmani itu sendiri adalah untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan peserta didik baik dari segi jasmani maupun rohani. Menurut Priambodo (2020, p. 12) manfaat pendidikan jasmani di sekolah mencakup sebagai berikut:

- a. Memenuhi kebutuhan gerak pada anak

Pendidikan jasmani memang lebih dominan pada dunia anak-anak dan sesuai dengan suatu kebutuhan anak-anak. Di dalam pendidikan jasmani anak-anak dapat belajar dengan gembira melalui penyaluran keinginannya untuk bermain dan bergerak. Semakin terpenuhinya keinginannya untuk bergerak dalam masa pertumbuhannya maka

semakin besar kematangannya bagi kualitas pertumbuhan diri anak itu sendiri.

b. Mengenalkan lingkungan dan potensi diri anak

Pendidikan jasmani merupakan waktu anak untuk “melakukan” sesuatu hal tidak hanya melihat dan mendengarkan cerita orang lain ketika mereka sedang belajar. Dengan kegiatan melakukan sesuatu permainan atau gerak anak akan benar-benar mencoba dan melakukan kegiatan belajar mengenai potensinya dan dalam kegiatan tersebut anak-anak mencoba untuk mengenali lingkungan sekitar dengan sendirinya.

c. Menanamkan dasar-dasar keterampilan yang bermanfaat

Peranan pendidikan jasmani turut mengembangkan dasar-dasar keterampilan yang diperlukan anak untuk melakukan berbagai keterampilan dalam kehidupannya dikemudian hari. Pada usia peserta didik sekolah dasar tingkat pertumbuhan sedang mengalami kelambatan maka pada usia inilah kesempatan anak untuk mempelajari kesempatan gerak sedang masa kritisnya. Keterlambatan pembinaan pada masa ini sangat dipengaruhi terhadap perkembangan anak pada masa berikutnya.

d. Menyalurkan energi yang berlebihan

Anak usia dasar merupakan fase yang sedang berada dalam masa kelebihan energi. Kelebihan energi pada anak perlu disalurkan pada hal-hal yang dapat membantu perkembangan pertumbuhan sehingga tidak mengganggu keseimbangan perilaku dan mental anak setelah kelebihan

energi tersalurkan, dengan beristirahat anak akan kembali memperbaharui dan memulihkan energi secara optimal.

e. Proses pendidikan secara serempak

Pendidikan jasmani dan kesehatan akan memberikan sumbangan yang terlihat nyata yang diperoleh dari pendidikan jasmani adalah perkembangan yang lengkap meliputi beberapa aspek, seperti aspek fisik, mental, emosi, sosial dan moral. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses belajar untuk bergerak ataupun belajar melalui aktivitas gerak.

5. Hakikat Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik berasal dari Bahasa Inggris yaitu *motor ability*. *Motor ability* memiliki pengertian kemampuan gerak atau kemampuan seseorang untuk bergerak. Bergerak merupakan suatu bagian yang tidak dapat dipisahkan dengan kehidupan manusia. Sejatinya kemampuan gerak yang ada dalam diri manusia sudah ada sejak manusia tersebut di dalam kandungan dan berkembang hingga sepanjang hayatnya. Rudiyanto (2016, p. 10) mengungkapkan mengenai istilah perkembangan motorik yang merujuk pada makna perkembangan fisik, dimana perkembangan fisik memiliki arti bahwa anak telah mencapai sejumlah kemampuan diri dalam mengontrol diri mereka sendiri. Makin tinggi kemampuan motorik seseorang maka dapat dimungkinkan daya kerja seseorang akan menjadi lebih tinggi, dan sebaliknya. Oleh karena itu, kemampuan gerak dapat

dipandang sebagai sesuatu sumber keberhasilan dalam melakukan tugas keterampilan gerak.

Kemampuan motorik mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan dasar. Gerak dasar merupakan gerak yang berkembang setara dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan pada anak. Gerakan ini pada dasarnya berkembang menyertai gerakan reflek yang biasa dimiliki dan disempurnakan melalui tahap latihan yang dilakukan secara berulang disetiap tahapnya. Gerak digambarkan dalam kaitannya dengan suatu pola gerak tertentu dan pola gerak dasar adalah bentuk gerakan-gerakan sederhana yang bisa dibagi dalam tiga kategori, yaitu:

a. Kemampuan Lokomotor

Kemampuan lokomotor didefinisikan sebagai keterampilan berpindahnya individu dari satu tempat ke tempat yang lain. Contoh: berjalan, berlari, melompat, merangkak dan memanjat.

b. Kemampuan Non-Lokomotor

Gerak non lokomotor adalah gerakan yang dilakukan hanya ditempat tanpa ada ruang gerak yang memakai kemampuan non lokomotor seperti menekuk, mendorong, menarik, mengangkat, menurunkan, melipat, memutar dan melambungkan.

c. Kemampuan Manipulatif

Gerak manipulatif adalah keterampilan motorik yang menggunakan tangan, kaki atau bagian tubuh lain untuk menggerakkan atau memanipulasi suatu benda. Gerak manipulatif merupakan kemampuan

gerak seseorang yang dilakukan dengan menggunakan objek atau alat seperti memainkan bola dengan menggunakan tangan, kaki atau menggunakan kepala.

Dengan beberapa pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak mendasari tingkat penampilan gerak yang baik atau tingkat kemampuan gerak (*motor ability*) yang mencerminkan motorik seseorang yang baik. Berkembangnya kemampuan motorik sangat ditentukan oleh beberapa faktor pendukung seperti faktor pertumbuhan dan faktor perkembangan fisik seseorang. Faktor penentu tersebut harus didukung oleh tahap latihan yang sesuai dengan kematangan anak serta gizi baik. Hal ini disebabkan oleh makin baiknya pertumbuhan dan perkembangan fisik seseorang maka berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang.

6. Unsur-unsur Kemampuan Motorik

Tingkat kemampuan motorik yang ada pada setiap anak berbeda-beda, tergantung dari gerak dasar yang mampu dilakukannya. Hal ini disebabkan karena dari sekian banyak pengalaman gerak anak dan latihan gerak yang dikuasai anak dapat mempengaruhi kemampuan motorik setiap anak. Unsur-unsur dari kemampuan motorik merupakan suatu komponen yang memengaruhi kemampuan seseorang dalam mengendalikan gerakan tubuhnya. Kemampuan motorik merupakan suatu hal yang sangat penting dalam menjalani aktivitas sehari-hari, berolahraga, atau suatu pekerjaan tertentu.

Beberapa unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik diantaranya kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan dan kelincahan.

a. Kekuatan

Kemampuan untuk menghasilkan tenaga atau daya yang diperlukan untuk melakukan gerakan tertentu. Kekuatan otot sangat penting pada saat seseorang melakukan aktivitas fisik, termasuk olahraga.

b. Koordinasi

Kemampuan untuk mengoordinasikan gerakan tubuh secara efektif. Koordinasi mencakup koordinasi mata-tangan, koordinasi antara bagian atas dan bawah tubuh, serta koordinasi dalam melakukan tugas-tugas tertentu.

c. Kecepatan

Kemampuan berpindah tempat dari satu tempat ke tempat lainnya dalam waktu yang sesingkat mungkin. Kecepatan sering menjadi faktor penting dalam seseorang melakukan suatu pekerjaan atau olahraga.

d. Keseimbangan

Kemampuan untuk menjaga posisi tubuh agar tetap stabil saat berdiri ataupun bergerak. Keseimbangan sangat penting pada saat seseorang melakukan aktivitas berjalan, berlari, atau melakukan aktivitas lainnya tanpa jatuh.

e. Kelincahan

Kemampuan seseorang untuk bergerak dengan cepat, gesit dan lincah tanpa kehilangan keseimbangan ataupun koordinasi. Kelincahan mencakup kemampuan untuk merespons perubahan arah atau situasi dengan cepat dan efektif.

Kemampuan motorik juga dipengaruhi oleh beberapa faktor mekanik dan fisik. Faktor mekanik terdiri dari beberapa unsur, seperti:

- a. Faktor keseimbangan yang terdiri dari: pusat gaya, garis gaya dan dasar penyokong badan
- b. Faktor pemberi daya, yang terdiri dari: gerak lamban, percepatan, aktivitas / reaksi
- c. Faktor penerima daya yang terdiri dari: daerah permukaan dan jarak
- d. Kemampuan lokomotor, terdiri dari: fase refleks, fase belum sempurna, fase dasar, fase spesialisasi
- e. Kemampuan manipulatif
- f. Kemampuan yang stabil.

Berdasarkan unsur-unsur kemampuan motorik di atas, pembelajaran motorik pada anak sangat diperlukan oleh suatu individu untuk dapat melakukan suatu tugas aktivitas gerak. Pada fase anak sekolah dasar unsur pembelajaran motorik sangat diperlukan untuk menyelesaikan tugas belajar dan bermain yang menjadi bagian dari aktivitas anak. Dengan banyak latihan gerak yang dilakukan anak maka semakin banyak pengalaman yang dikuasai oleh anak. Dengan pembelajaran motorik yang tepat diharapkan

setiap anak dapat mencapai tingkat kemampuan motorik sesuai dengan target yang diharapkan dan mampu mencapai kecakapan kemampuan gerak yang optimal

7. Fungsi Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik anak tergambar dalam penguasaan keterampilan dalam menyelesaikan tugas tertentu. Kemampuan motorik mengacu kepada kemampuan individu dalam menggunakan otot-otot mereka untuk melakukan suatu aktivitas fisik. Kualitas gerak dapat dilihat dari seberapa jauh anak mampu menampilkan tugas gerak yang diberikan dengan keberhasilan tertentu. Apabila tingkat keberhasilan dalam melaksanakan tugas gerak tinggi, maka gerak yang dilakukan efektif dan efisien. Kemampuan motorik berkembang seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan gerak pada anak.

Fungsi kemampuan motorik sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam aktivitas fisik maupun aktivitas sehari-hari lainnya. Hurlock dalam (Nurdian 2020, p. 13) menjelaskan bahwa fungsi kemampuan motorik dalam pengadaptasian sosial anak, dibagi menjadi 4 fungsi diantaranya sebagai berikut :

1) *Self-Help* (Kemampuan bantu diri)

Anak harus belajar mengenai kemampuan motorik supaya dapat menjalankan berbagai hal bagi dirinya secara mandiri. Diantaranya terdapat kemampuan yang perlu dikuasai anak seperti kemampuan berpakaian, mencuci, mandi, makan dan merawat diri. Anak usia

sekolah dasar harus mampu mengurus dirinya sendiri dengan terampil layaknya orang dewasa.

2) *Social-Help* (Kemampuan bantu sosial)

Sebelum anak masuk dalam kelompok sosial sekolah, keluarga, serta masyarakat sekitar dimana anak tersebut harus menjadi seseorang yang memiliki jiwa kooperatif atau bisa disebut dengan mampu menunjukkan sikap kerjasama. Beberapa kemampuan anak dibutuhkan supaya anak bisa diterima dalam lingkungannya. Contoh: Keterampilan dalam melakukan pekerjaan sekolah atau membantu pekerjaan rumah.

3) Kemampuan Bermain

Pada usia anak-anak, diusahakan sudah memperkenalkan permainan. Sehingga anak dapat belajar berbagai keterampilan, seperti: bermain bola, melukis, menggambar, berlari, melompat, melempar, menangkap dan membuat suatu alat permainan. Kemampuan bermain pada anak sangat penting karena keterampilan bermain dapat meningkatkan berbagai permainan bersama teman sebaya serta menjadi hiburan bagi anak tersebut.

4) Kemampuan Sekolah

Suatu proses pembelajaran di sekolah tidak lepas dari kemampuan motorik anak. Pada saat anak melakukan suatu aktivitas atau tugas disekolah memerlukan banyak kemampuan motorik. Semakin banyak keterampilan yang dikuasai maka akan menjadikan anak memiliki

penyesuaian sosial yang semakin baik dalam bidang akademis atau non akademis disekolah.

Fungsi serta tujuan dari kemampuan motorik anak sering tergambarkan pada kemampuan anak dalam menyelesaikan suatu tugas motorik tertentu. Kualitas motorik anak terlihat dari seberapa jauh kemampuan anak dalam menampilkan tugas motorik yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu. Unsur-unsur dari kemampuan motorik akan semakin terlatih apabila seseorang semakin banyak memiliki kemampuan motorik yang baik juga, maka seseorang akan dapat menguasai berbagai aktivitas gerak atau kemampuan gerak khusus.

Semua unsur kemampuan motorik peserta didik khususnya sekolah dasar dapat berkembang apabila anak selalu melakukan aktivitas pendidikan jasmani serta aktivitas bermain yang melibatkan otot. Sehingga pembelajaran aktivitas motorik sangat dibutuhkan untuk di laksanakan, semakin banyak peserta didik mendapatkan pengalaman untuk melakukan berbagai macam aktivitas gerak atau mengeksplorasi berbagai gerak maka unsur-unsur tersebut akan semakin terlatih. Banyaknya pengalaman motorik yang akan dilakukan peserta didik sekolah dasar akan memberikan bekal kematangan dalam peserta didik melakukan aktivitas motorik.

8. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik

Urutan perkembangan untuk semua anak sama namun kecepatan perkembangan anak-anak selalu beragam walaupun usia anak tersebut sama. Sehingga perkembangan pada anak tidak bergantung kepada usia

akan tetapi pada diri anak itu. Perbedaan ras juga dapat menunjukkan perbedaan yang mencolok pada anak. Hal ini antara lain dapat disebabkan perbedaan gizi, lingkungan, perlakuan orang tua terhadap anak, kebiasaan hidup dan lainnya. Suatu proses tumbuh kembang kemampuan motorik anak berhubungan dengan tumbuh kembang kemampuan gerak anak.

Menurut Neviyarni (2020, p. 16) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan motorik sebagai berikut:

- 1) Sifat dasar genetik berdasarkan bentuk tubuh dan kecenderungan mempunyai pengaruh yang menonjol terhadap laju perkembangan motorik seseorang.
- 2) Apabila awal kehidupan pasca lahir tidak ada hambatan serta kondisi lingkungan yang menguntungkan, semakin aktif janin semakin cepat perkembangan motorik anak.
- 3) Kondisi pra lahir yang menyenangkan, khususnya gizi makanan sang ibu, apabila sang ibu mengkonsumsi makanan yang memiliki gizi tinggi maka akan mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat pada masa pasca lahir.
- 4) Kelahiran yang sukar, khususnya apabila adanya kerusakan pada otak akan memperlambat perkembangan motorik.
- 5) Anak yang memiliki kemampuan IQ tinggi menunjukkan perkembangan yang lebih cepat dibandingkan dengan anak yang memiliki IQ normal atau dibawah rata-rata.

- 6) Rangsangan dan dorongan yang lebih banyak dari orang tua, maka perkembangan motorik anak yang pertama cenderung lebih baik daripada motorik anak kedua atau selanjutnya.
- 7) *Prematur* atau kelahiran sebelum waktunya dapat memperlambat perkembangan motorik sehingga tingkat perkembangan bayi dibawah tingkat bayi yang lahir tepat waktunya.
- 8) Cacat fisik akan memperlambat perkembangan motorik.
- 9) Dalam perkembangan motorik, perbedaan jenis kelamin, warna kulit dan sosial ekonomi lebih banyak disebabkan oleh perbedaan motivasi dan pelatihan daripada anak karena perbedaan bawaan.

Menurut pendapat Kuhlen & Thomshon mengungkapkan dalam (Nurdian 2020, p. 20) bahwa faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik berdasarkan perkembangan fisik disetiap individu meliputi beberapa aspek diantaranya:

- 1) Sistem syaraf yang sangat mempengaruhi kecerdasan dan emosi
- 2) Kemampuan otot yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik.
- 3) Kelenjar endoktrin, yang menyebabkan munculnya pola-pola tingkah laku baru, seperti pada remaja berkembang perasaan senang untuk ikut aktif dalam suatu kegiatan tertentu.
- 4) Struktur fisik atau tubuh yang meliputi tinggi, berat dan proporsi.

Menurut Nurdian (2020, p. 21) ada beberapa kondisi yang dapat mempengaruhi laju perkembangan kemampuan motorik anak yaitu:

- 1) Pewarisan genetik, termasuk bentuk tubuh dan kecerdasan mempunyai pengaruh yang besar terhadap laju perkembangan motorik.
- 2) Kondisi lingkungan, jika kondisi lingkungan baik maka anak akan semakin aktif dan semakin cepat juga perkembangan motoriknya.
- 3) Pengaruh gizi yang diberikan akan mendorong perkembangan motorik yang lebih cepat.
- 4) Kerusakan pada otak, apabila terjadi kerusakan pada jaringan akan memperlambat perkembangan motorik anak.
- 5) Rangsangan, dorongan dan kesempatan untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik.
- 6) Cacat fisik seperti kebutaan akan memperlambat perkembangan motorik

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan bermakna, peserta didik dilibatkan secara aktif karena pembelajaran berpusat kepada peserta didik dalam kegiatan pembelajaran dan membentuk kompetensi. Agar hasil belajar peserta didik maksimal terutama dalam mengembangkan kemampuan motorik peserta didik maka pembelajaran harus mampu dilaksanakan dengan sistematis yang akan tercermin dari strategi pembelajaran yang dilaksanakan, melakukan kegiatan evaluasi dan memberikan bimbingan terhadap peserta didik yang belum dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik pada anak yaitu berdasarkan

faktor internal dan faktor eksternal. Kondisi internal mencakup beberapa karakteristik yang melekat pada diri individu, seperti: gen, dorongan serta motivasi, tipe tubuh dan hal-hal lainnya. Kondisi eksternal mencakup faktor-faktor yang terdapat diluar individu yang memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap penampilan gerak seseorang. Kondisi eksternal tersebut meliputi kondisi lingkungan atau bahkan lingkungan sosial yang lebih luas.

9. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Pendidikan merupakan pengaruh yang diberikan orang dewasa terhadap orang yang belum dewasa, anak-anak bukanlah orang dewasa kecil. Mereka berpikir dengan berbeda, melihat dunia ini dengan berbeda, dan mereka hidup dengan prinsip-prinsip moral dan etika yang berbeda dari orang dewasa. Sehingga karakteristik peserta didik merupakan keseluruhan dari kemampuan yang ada pada peserta didik sebagai hasil dari pembawaan lingkungan sosial sehingga dapat menentukan pola aktivitas dalam meraih cita-citanya. Karakteristik seseorang merupakan sifat yang dapat membedakan seseorang dengan yang lain. Karakteristik berasal dari kata karakter dengan arti watak, pembawaan atau kebiasaan yang dimiliki oleh individu yang relatif tetap.

Masa sekolah dasar merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan bagi anak, setiap pertumbuhan dan perkembangan mengikuti pola tertentu. Menurut Nasution dalam (Purnomo 2023, p. 24) bahwa masa usia anak sekolah dasar merupakan masa kanak-kanak tahap akhir yang akan

berlangsung dari usia enam tahun hingga sebelas atau dua belas tahun. Usia tahap akhir kanak-kanak ditandai dengan anak yang masuk sekolah dasar serta dimulainya sejarah baru yang menjadikan kehidupan anak kelak akan mengubah sikap-sikap dan tingkah laku yang dilakukannya.

Peserta didik sekolah dasar terbagi menjadi dua bagian yaitu kelas rendah dan kelas tinggi, peserta didik kelas rendah merupakan peserta didik yang berada pada tingkatan kelas satu, dua, dan tiga dengan rentang umur 7-9 tahun sedangkan untuk peserta didik kelas tinggi berada pada tingkatan kelas empat, lima dan enam dengan rentang umur 9-13 tahun. Karakteristik pada anak kelas V masuk dalam kategori masa kelas tinggi, dimana perkembangan anak akan berlangsung secara optimal jika proses tumbuh kembangnya sesuai dengan fase dan tugas perkembangannya masing-masing. Pada usia berkisar 9 tahun atau 10 tahun sampai 12 tahun atau 13 tahun ini, anak mengalami perkembangan yang sangat pesat.

Perkembangan anak memiliki pola khas tersendiri sesuai dengan aspek perkembangannya. Karakteristik anak usia 11-12 tahun yaitu:

- a. Tertarik dalam mempelajari suatu keterampilan fisik yang digunakan dalam melakukan aktivitas permainan yang umum.
- b. Membangun sikap yang sehat mengenai diri sendiri sebagai makhluk yang sedang pada fase pertumbuhan.
- c. Belajar untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman seusianya dilingkungan yang di tempati.

- d. Mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk kehidupannya sehari-hari.
- e. Mengembangkan hati nurani, pengertian moral, tata dan tingkatan nilai.
- f. Mencapai kebebasan pribadi.
- g. Mulai mengembangkan peran sosial pria ataupun wanita dengan tepat.
- h. Mengembangkan sikap terhadap kelompok-kelompok sosial.

Berdasarkan beberapa uraian pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa karakteristik anak usia sekolah dasar kelas atas khususnya kelas V sudah mulai mengalami banyak perubahan terutama dari segi kemampuan kognitif ataupun intelektual, mental, sosial, agama, dan psikomotor pada anak. Selain itu di usia peserta didik tersebut didukung juga dengan perkembangan tumbuh kembang anak. Pada usia ini anak juga memiliki rasa ingin tahu yang sangat tinggi dengan cara menyelidiki, mencoba dan bereksperimen mengenai suatu hal yang dianggap menarik baginya dan hal-hal baru yang belum mereka ketahui.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Untuk melengkapi dan membantu dalam persiapan penelitian, diperlukan penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan. Hasil penelitian yang relevan ini sangat diperlukan guna mendukung kajian teori yang dikemukakan sehingga dapat digunakan sebagai landasan dalam kerangka berfikir. Adapun hasil penelitian yang relevan adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Bening Putri Pamilih (2022), yang berjudul “Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas Atas di SD Negeri

Keceme 2 Kabupaten Sleman Tahun Ajaran 2021/2022”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di SD Negeri Keceme 2 Kabupaten Sleman Tahun Ajaran 2021/2022. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis frekuensi dalam bentuk persentase. Hasil dari penelitian ini diperoleh bahwa tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di SD Negeri Keceme 2 Kabupaten Sleman Tahun 2022 adalah sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang sebesar 25 orang atau 47,17%. Tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di SD Negeri Keceme 2 Kabupaten Sleman Tahun 2022 yang berkategori baik sekali 4 orang atau 7,55% baik 9 orang atau 16,98%, sedang 25 orang atau 47,17% kurang 14 orang atau 26,42% dan kurang sekali 1 orang atau 1,89%.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Nurdian Purnomo (2023) yang berjudul “Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas IV dan V di SD Negeri Rejamulya 02 Kecamatan Kedungreja Kabupaten Cilacap”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri Rejamulya 02. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) kemampuan motorik peserta didik putra kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri Rejamulya 02 berada pada kategori “sangat kurang”

sebesar 6,20% (1 peserta didik), “kurang” sebesar 18,75% (3 peserta didik), “cukup” sebesar 43,80% (7 peserta didik), “baik” sebesar 18,75% (3 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 12,50% (2 peserta didik). (2) kemampuan motorik peserta didik putri kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri Rajamulya 02 berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 5,88% (1 peserta didik), “kurang” sebesar 23,54% (4 peserta didik), “cukup” sebesar 47,06% (8 peserta didik), “baik” sebesar 11,76% (2 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 11,76% (2 peserta didik).

C. Kerangka Berfikir

Berdasarkan konsep dasar dari pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah mampu memberikan berbagai kesempatan bergerak seluas-luasnya kepada peserta didik. Pada masa anak sekolah dasar merupakan masa dimana mereka membutuhkan berbagai nuansa gerakan yang sangat beragam sebagai bentuk bagi anak-anak untuk mengekspresikan semua potensi yang dimilikinya. Pendidikan Sekolah Dasar merupakan jenjang paling dasar pada pendidikan formal di Indonesia. Pendidikan Sekolah Dasar adalah pendidikan anak yang memiliki rentang usia 7 tahun hingga 14 tahun. Hal tersebut menunjukkan bahwa telah tumbuh kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pendidikan sekolah dasar, sehingga saat ini perhatian terhadap anak sekolah dasar semakin meningkat. Pendidikan Sekolah Dasar merupakan fase perkembangan anak yang mempunyai karakteristik yang berbeda-beda dari anak lain. Perkembangan pada anak yang harus dikembangkan terdapat beberapa aspek

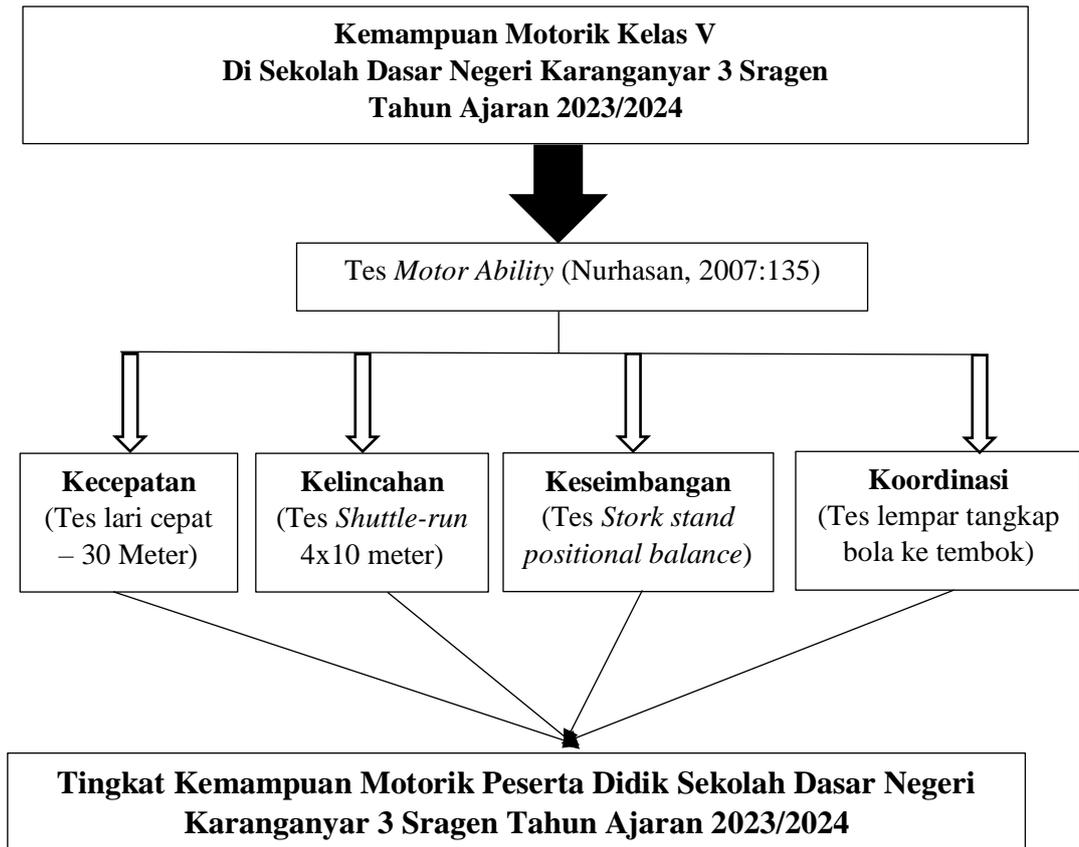
yaitu aspek kognitif, fisik-motorik, Bahasa, sosial dan emosional, serta moral agama.

Kemampuan dari berbagai bentuk aktivitas fisik yang diperoleh pada saat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani bukan hanya difokuskan pada cabang olahraga tertentu atau dikhususkan untuk menjadi atlet yang berprestasi, tetapi pada saat pembelajaran dapat berguna dalam kemampuan gerak sehari-hari. Kemampuan gerak merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan pergerakan fisik ataupun aktivitas tubuh dengan kekuatan, kelincahan, dan koordinasi yang baik. Koordinasi dan kontrol tubuh yang baik mencakup kemampuan berjalan, melompat, berlari dan melakukan aktivitas fisik lainnya. Kemampuan gerak penting untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh serta untuk berpartisipasi dalam berbagai aktivitas olahraga atau kegiatan fisik lainnya. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki tingkat kemampuan gerak baik akan lebih mudah melakukan tugas pada setiap kegiatan atau gerakan dibandingkan dengan seseorang yang tingkat kemampuan geraknya rendah.

Dari beberapa uraian di atas dapat dilihat bahwa kemampuan motorik memiliki peran penting dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. pengukuran dapat dilakukan dengan tes kemampuan motorik terhadap peserta didik kelas V SD Negeri Karanganyar 3 Sragen. Sehingga dengan dilakukan tes kemampuan motorik, dapat diketahui seberapa besar kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen, dan hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu proses pembelajaran kedepannya

sehingga guru dapat menentukan metode yang cocok dalam proses pembelajaran penjas. Bagan kerangka berpikir dapat dijelaskan sebagai berikut:

Gambar 1. Bagan Kerangka Berfikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif tentang kemampuan motorik peserta didik kelas V Sekolah Dasar Negeri Karanganyar 3, Kecamatan Sambungmacan, Kabupaten Sragen Tahun Ajaran 2023/2024. Pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Karanganyar 3 yang beralamat di Bulu, Kecamatan Sambungmacan, Kabupaten Sragen, Provinsi Jawa Tengah yang melibatkan peserta didik kelas V. Waktu penelitian dilakukan setiap hari sabtu pukul 07.30 hingga selesai pada bulan Agustus hingga September 2023 selama 1 bulan.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik di Sekolah Dasar Negeri Karanganyar 3 Sragen kelas V.

2. Sampel

Sampel penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas V yang berjumlah 32 peserta didik dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian

No	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1	V	22	10	32

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel berasal dari Bahasa Inggris *variable* yang memiliki arti “ubahan”, “faktor yang berbeda”, “faktor tidak tetap” atau “gejala yang dapat diubah-ubah”. Kemampuan motorik berasal dari Bahasa Inggris yaitu *motor ability*. *Motor ability* memiliki pengertian kemampuan gerak atau kemampuan seseorang untuk bergerak. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen. Secara garis besar, penelitian ini digunakan untuk mengetahui dan mengukur tingkat kemampuan motorik peserta didik yang mengacu pada modul tes dan pengukuran keolahragaan. Tes *motor ability* yang sesuai untuk anak sekolah dasar meliputi tes *shuttle-run* 4x10 meter, tes lempar tangkap bola dengan jarak 1 meter dengan tembok, tes *stork stand positional balance*, dan tes lari cepat dengan jarak 30 meter.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini mengacu pada modul tes dan pengukuran keolahragaan. Adapun modul tes dan pengukuran keolahragaan adalah Tes *motor ability* yang sesuai untuk anak sekolah dasar meliputi:

- a. Tes *shuttle-run* 4 x 10 meter (kelincahan), untuk mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah.
- b. Tes lempar tangkap bola dengan jarak 1 meter dengan tembok (koordinasi), mengukur kemampuan koordinasi mata dengan tangan.

- c. Tes *stork stand positional balance* (keseimbangan), mengukur keseimbangan tubuh saat berdiri menggunakan 1 kaki
- d. Tes lari cepat dengan jarak 30 meter (kecepatan), mengukur kecepatan lari cepat.

Suatu alat pengukuran dikatakan valid apabila penelitian tersebut dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93 dan validitas sebesar 0,87.

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan motorik. Langkah-langkah pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Persiapan tes atau pengumpulan data

Persiapan tes atau pengumpulan data dilakukan dengan memberikan pengertian atau penjelasan kepada peserta didik tentang tes yang akan dilakukan. Dalam penelitian ini penelitian yang harus dilakukan adalah dengan mempersiapkan alat-alat tes dan bahan-bahan yang akan digunakan untuk tes seperti stopwatch, meteran, bola kasti, kun/marker, alat tulis, dan lain-lain.

- b. Pelaksanaan tes

Pelaksanaan tes dilakukan untuk mengondisikan peserta didik terlebih dahulu. Peserta didik dibariskan untuk berdoa, kemudian dilanjutkan dengan pemanasan. Peserta didik diberikan intruksi untuk

melakukan tes secara bergantian sesuai urutan dari nomer induk peserta didik di buku presensi. Data yang diperoleh peserta didik kemudian dicatat.

c. Pencatatan data tes

Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data dikarenakan data dalam pengukuran dicatat secara sistematis. Penelitian ini dibantu oleh 2 orang testor.

Adapun beberapa tes yang digunakan sebagai berikut:

a. Tes *Shuttle-run* 4 x 10 meter

- 1) Tujuan : Mengukur tingkat kelincahan dalam bergerak mengubah arah
- 2) Alat dan Fasilitas : *Stopwatch* , lintasan yang lurus dan datar dengan jarak 10 meter, kun/marker , meteran
- 3) Pelaksanaan : posisi *start* dilakukan dengan berdiri. Pada saat aba-aba “bersedia” orang coba berdiri dengan salah satu ujung jari sedekat mungkin dari garis start. Setelah aba-aba “siap” dan kemudian “ya” orang coba berlari bolak balik 4 kali dengan catatan *start* dan *finish* kembali digaris *start*.
- 4) Skor : Dihitung waktu yang ditempuh dalam melakukan lari.

b. Tes lempar tangkap bola dengan jarak satu meter ke tembok.

- 1) Tujuan : Mengukur kemampuan koordinasi mata dan tangan.
- 2) Alat dan Fasilitas : Bola tenis, *stop watch* dan tembok yang rata.

- 3) Pelaksanaan : Orang coba berdiri di belakang marker batas sambil memegang bola tenis dengan kedua tangan di depan dada. Aba-aba “ya” orang coba dengan segera melakukan lempar tangkap ke dinding selama 30 detik.
 - 4) Skor: Hitung jumlah tangkapan bola yang dapat dilakukan selama 30 detik.
- c. Tes lari cepat 30 meter
- 1) Tujuan : Mengukur kecepatan lari.
 - 2) Alat dan Fasilitas : *Stop watch* , cone dan lintasan lurus serta rata sejauh 30 meter.
 - 3) Pelaksanaan : *Start* dilakukan berdiri. Pada aba-aba “bersedia” orang coba berdiri dengan salah satu ujung jari kaki sedekat mungkin dengan garis *start*. Aba-aba “siap” orang coba 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.
- d. Tes *Shuttle-Run* 4 x 10 Meter
- 1) Tujuan : Mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah
 - 2) Alat dan Fasilitas : *Stop watch*, cone dan lintasan yang datar dan lurus dengan jarak 10 meter
 - 3) Pelaksanaan : *Start* di lakukan dengan berdiri. Pada aba-aba “bersedia” orang coba berdiri dengan salah satu ujung jari sedekat

mungkin dengan garis *start*. Setelah aba-aba “siap” dan kemudian “ya” orang coba berlari bolak balik 4 x dengan catatan *start* dan *finish* kembali di garis *start*

- 4) Skor : Dihitung waktu yang ditempuh dalam lari bolak-balik sejauh 10 meter.

F. Teknik Analisis Data

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil pengamatan data penelitian ini di analisis dengan menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Setelah data diperoleh, langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Data yang diperoleh dari hasil pengamatan kemudian dilakukan penyortiran dari data yang diperoleh untuk mengetahui persamaan dan perbedaan ukuran. Setelah itu data dimasukkan ke dalam program SPSS untuk dilakukan proses analisis data. Hasil data yang kasar perlu diubah agar memiliki ukuran yang sama. Satuan pengganti ini menggunakan *T-score*. Selanjutnya *T-score* dari setiap jenis tes kemampuan dijumlahkan dan dibagi jumlah jenis item tes, sehingga didapatkan rerata *T-score*. Hasil dari rerata *T-score* selanjutnya akan dikonversikan. Menurut pendapat Sudjiono (2010, p. 176) menyatakan bahwa rumus *T-score* adalah sebagai berikut:

1. Data tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok dan *stroock stand positional balance* :

$$10 \times \frac{x-m}{SD} + 50$$

2. Data lari 30 meter dan *shuttle-run* 4 x 10 meter

$$10 \times \frac{m-x}{SD} + 50$$

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 keempat item dijumlahkan, sehingga didapatkan total *T-score*. Hasil T-score menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kemampuan motorik pada peserta didik. Untuk menentukan interval dalam penelitian ini menggunakan norma penelitian dari sudjiono (2010, p. 175):

Tabel 2. Norma Penilaian

No.	Rentang Norma	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

Keterangan:

X = Skor

M = Mean (Rata-rata)

SD = Standar Deviasi Hitung

Setelah semua data dapat terkumpul semua langkah selanjutnya adalah menganalisis data untuk menarik sebuah kesimpulan. Analisis data merupakan

tahapan penelitian untuk menentukan keakuratan dan kevalidan data. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis data deskriptif persentase dengan menggunakan rumus persentase yang dikemukakan oleh Sudjiono (2010, p. 43) :

$$p = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan

P : Besar persentase

f : Frekuensi data

N : *Number of cases* (Jumlah keseluruhan data)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 12 Agustus sampai 9 September 2023 dengan subjek penelitian seluruh peserta didik kelas V SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dengan jumlah 32 peserta didik (22 peserta didik putra dan 10 peserta didik putri). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik kasar peserta didik kelas V di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen. Kemampuan motorik peserta didik diamati melalui serangkaian tes yang meliputi kecepatan, kelincahan, koordinasi mata dan tangan, dan keseimbangan. Analisis data penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dan dituangkan dalam bentuk persentase. Data kasar yang diperoleh kemudian di ubah ke dalam *T-score* menggunakan bantuan program *SPSS for windows 2.5*. Hasil perhitungan analisis data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra

Hasil dari *T-score* keempat item tes penelitian ini menjadi dasar yang akan digunakan dalam menentukan kemampuan motorik pada kelas V di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen. Hasil analisis data diperoleh jumlah skor 4399,9, *mean* (rata-rata) 200, *standar deviasi* (SD) 18,71, skor maksimum 238,92, dan skor minimum 170,70. Secara lebih rinci hasil analisis data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Statistik Analisis Data Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra

Statistik	
N	22
Mean	200,00
Median	201,01
Mode	170,70
Standar Deviasi	18,71
Maksimum	238,92
Minimum	170,70

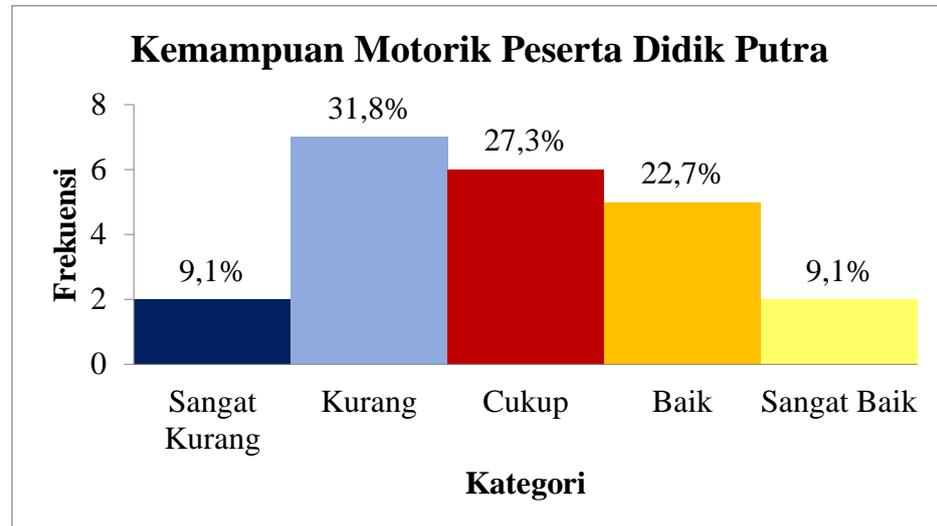
Kemudian data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus pengkategoriannya, yang terbagi menjadi lima (5) kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang. Berikut tabel distribusi frekuensi tingkat kemampuan motorik kasar kelas V peserta didik putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kemampuan Motorik Kelas V Peserta Didik Putra SD Negeri Karanganyar 3

Peserta Didik Putra						
No	Interval			Kategori	Frekuensi	%
1	228,07	<	X	Sangat Baik	2	9,1
2	209,36	< X ≤	228,07	Baik	5	22,7
3	190,65	< X ≤	209,36	Cukup	6	27,3
4	171,94	< X ≤	190,65	Kurang	7	31,8
5	X	≤	171,94	Sangat Kurang	2	9,1
Jumlah					22	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar frekuensi tingkat kemampuan motorik kasar kelas V putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Motorik Kelas V Peserta Didik Putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Berdasarkan tabel 4 dan gambar 2 di atas, dapat diketahui pada kategori sangat baik sebanyak 2 peserta didik (9,1%), pada kategori baik sebanyak 5 peserta didik (22,7%), pada kategori cukup sebanyak 6 peserta didik (27,3%), pada kategori kurang sebanyak 7 peserta didik (31,8%), pada kategori sangat kurang sebanyak 2 peserta didik (9,1%). Berdasarkan data diatas maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik kasar kelas V peserta didik putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “kurang”.

2. Kemampuan Kelincahan Peserta Didik Putra

Kemampuan kelincahan peserta didik putra diperoleh dari tes *shuttle run* 4 x 10 meter dengan satuan detik. Hasil analisis data diperoleh jumlah skor 1100, *mean* (rata-rata) 50, *standar deviasi* (SD) 10, skor maksimum 65,34, dan skor minimum 31,87. Secara lebih rinci hasil analisis data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Statistik Kemampuan Kelincahan Peserta Didik Putra

Statistik	
N	22
Mean	50,00
Median	49,78
Mode	31,87
Standar Deviasi	10,00
Maksimum	65,34
Minimum	31,87

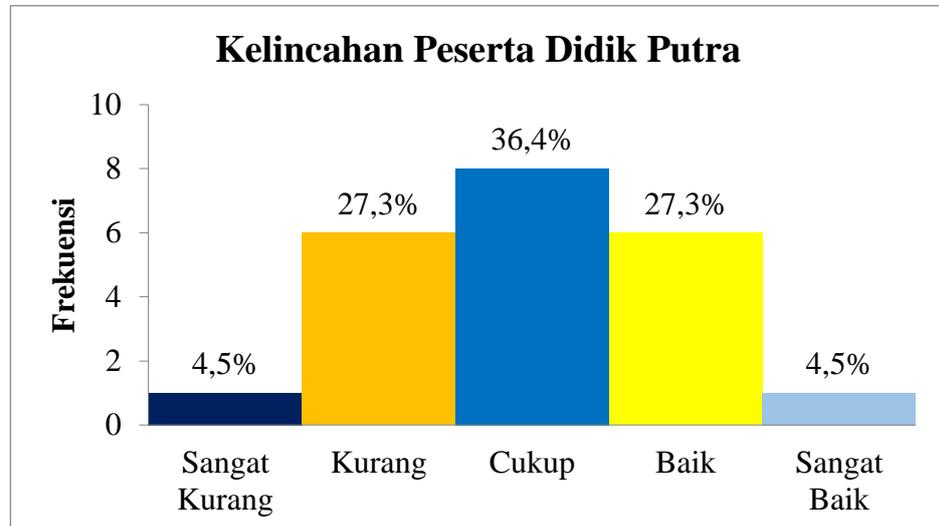
Kemudian data tersebut disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus pengkategorianya, yang terbagi menjadi lima (5) yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang. Berikut tabel distribusi frekuensi tingkat kemampuan kelincahan kelas V peserta didik putra di Sekolah Dasar Negeri Karanganyar 3 Sragen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kelincahan Kelas V Peserta Didik Putra SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Peserta Didik Putra						
No	Interval			Kategori	Frekuensi	%
1	65,00	<	X	Sangat Baik	1	4,5
2	55,00	< X ≤	65,00	Baik	6	27,3
3	45,00	< X ≤	55,00	Cukup	8	36,4
4	35,00	< X ≤	45,00	Kurang	6	27,3
5	X	≤	35,00	Sangat Kurang	1	4,5
Jumlah					22	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar frekuensi tingkat kemampuan kelincahan kelas V peserta didik putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen:

Gambar 3. Diagram Batang Kemampuan Kelincahan Kelas V Peserta Didik Putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Berdasarkan tabel 6 dan gambar 3 diatas, dapat diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 1 peserta didik (4,5%), pada kategori baik 6 peserta didik (27,3%), pada kategori cukup 8 peserta didik (36,4%), pada kategori kurang 6 peserta didik (27,3%), pada kategori sangat kurang 1 peserta didik (4,5%). Berdasarkan data diatas maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik kelas V peserta didik putra dari tes kelincahan di SD Negero Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “cukup”.

3. Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putra

Kemampuan koordinasi mata dan tangan pada peserta didik putra diperoleh dari tes lempar tangkap bola dengan jarak 1 meter dari tembok selama 30 detik dengan satuan jumlah banyaknya hasil tangkapan. Hasil analisis data diperoleh jumlah skor 1100,00 , *mean* (rata-rata) 50, *standar*

deviasi (SD) 10, skor maksimum 68,44, dan skor minimum 29,09. Secara lebih rinci hasil analisis data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7. Statistik Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putra

Statistik	
N	22
Mean	50,00
Median	49,39
Mode	41,54
Standar Deviasi	10,00
Maksimum	68,44
Minimum	29,09

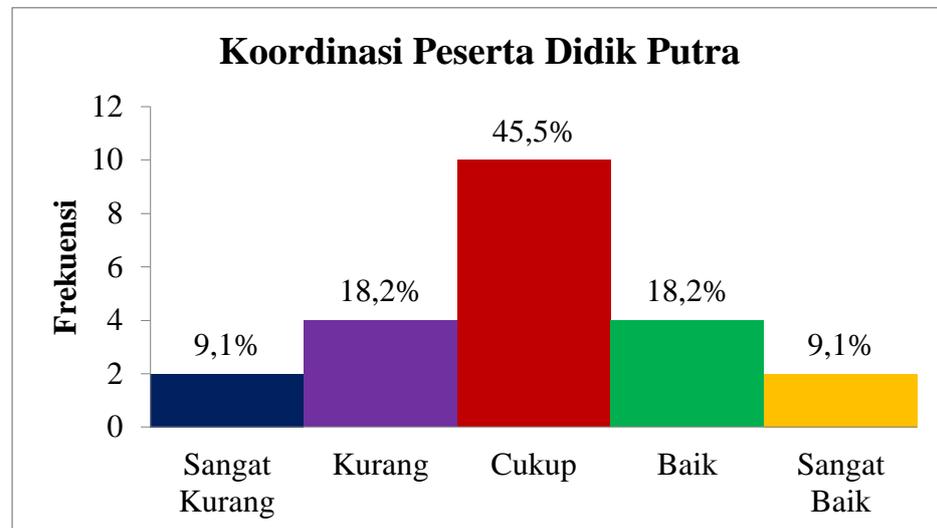
Kemudian data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus pengkategorian, yang terbagi menjadi lima (5) kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang. Berikut tabel distribusi frekuensi tingkat kemampuan koordinasi mata dan tangan kelas V peserta didik di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putra

Peserta Didik Putra						
No	Interval			Kategori	Frekuensi	%
1	65,00	<	X	Sangat Baik	2	9,1
2	55,00	< X ≤	65,00	Baik	4	18,2
3	45,00	< X ≤	55,00	Cukup	10	45,5
4	35,00	< X ≤	45,00	Kurang	4	18,2
5	X	≤	35,00	Sangat Kurang	2	9,1
Jumlah					22	100

Apabila hasil tabel diatas ditampilkan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar frekuensi tingkat kemampuan koordinasi mata dan tangan kelas V peserta didik putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Gambar 4. Diagram Batang Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Kelas V Peserta Didik Putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Berdasarkan tabel distribusi frekuensi 8 dan gambar diagram batang 4 di atas, dapat diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 2 peserta didik (9,1%), pada kategori baik sebanyak 4 peserta didik (18,2%), pada kategori cukup sebanyak 10 peserta didik (45,5%), pada kategori kurang sebanyak 4 peserta didik (18,2%) sedangkan pada kategori sangat kurang sebanyak 2 peserta didik (9,1%). Berdasarkan hal tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat kemampuan motorik kasar kelas V peserta didik putra dari tes koordinasi di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “cukup”.

4. Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putra

Kemampuan keseimbangan peserta didik putra diperoleh dari tes *strok stand positional balance* dengan satuan banyaknya waktu yang diperoleh dalam mempertahankan sikap (detik). Hasil analisis data diperoleh jumlah skor 1100,00, *mean* (rata-rata) 50, *standar deviasi* (SD)

10, skor maksimum 80,52 dan skor minimum 41,73. Secara lebih rinci hasil analisis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 9. Statistik Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putra

Statistik	
N	22
Mean	50,00
Median	47,60
Mode	41,73
Standar Deviasi	10,00
Maksimum	80,52
Minimum	41,73

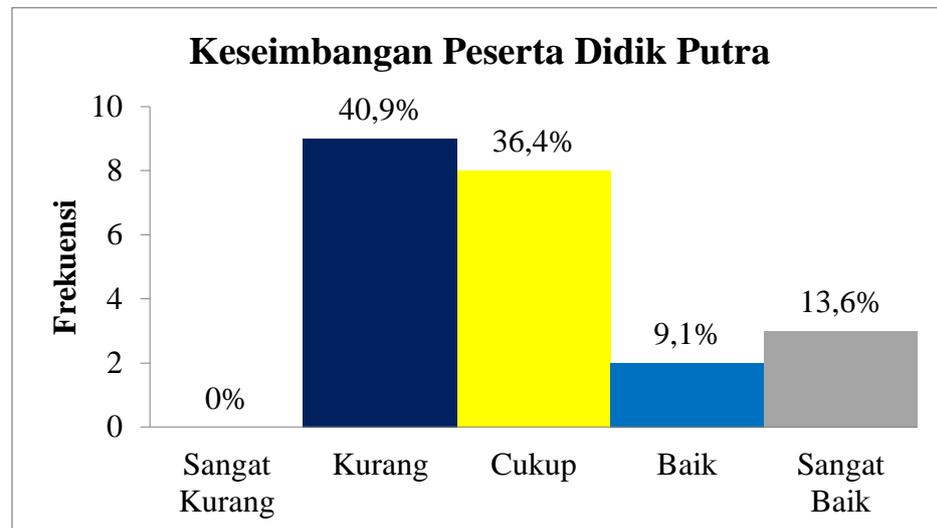
Kemudian data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus pengkategorian, yang terbagi menjadi lima (5) kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang. Berikut tabel distribusi frekuensi tingkat kemampuan keseimbangan kelas V peserta didik di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Kemampuan Keseimbangan Kelas V Peserta Didik SD Negeri Karanganyar 3 Sragen

Peserta Didik Putra						
No	Interval			Kategori	Frekuensi	%
1	65,00	<	X	Sangat Baik	3	13,6
2	55,00	< X ≤	65,00	Baik	2	9,1
3	45,00	< X ≤	55,00	Cukup	8	36,4
4	35,00	< X ≤	45,00	Kurang	9	40,9
5	X	≤	35,00	Sangat Kurang	0	0
Jumlah					22	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar frekuensi tingkat kemampuan keseimbangan kelas V peserta didik putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Gambar 5. Diagram Batang Kemampuan Keseimbangan Kelas V Peserta Didik Putra SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Berdasarkan tabel dan gambar di atas, dapat diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 3 peserta didik (13,6%), pada kategori baik 2 peserta didik (9,1%), pada kategori cukup 8 peserta didik (36,4%), pada kategori kurang 9 peserta didik (40,9%), sedangkan pada kategori sangat kurang sebanyak 0 peserta didik (0,00%). Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan keseimbangan kelas V peserta didik putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dalam kategori “kurang”.

5. Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putra

Kemampuan kecepatan peserta didik putra diperoleh dari tes lari 30 meter dengan satuan detik. Hasil analisis data diperoleh jumlah skor 1100,00 , *mean* (rata-rata) 50, *standar deviasi* (SD) 10, skor maksimum 69,93, dan skor minimum 34,90. Secara lebih rinci hasil analisis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 11. Statistik Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putra

Statistik	
N	22
Mean	50,00
Median	45,97
Mode	43,85
Standar Deviasi	10,00
Maksimum	69,93
Minimum	34,90

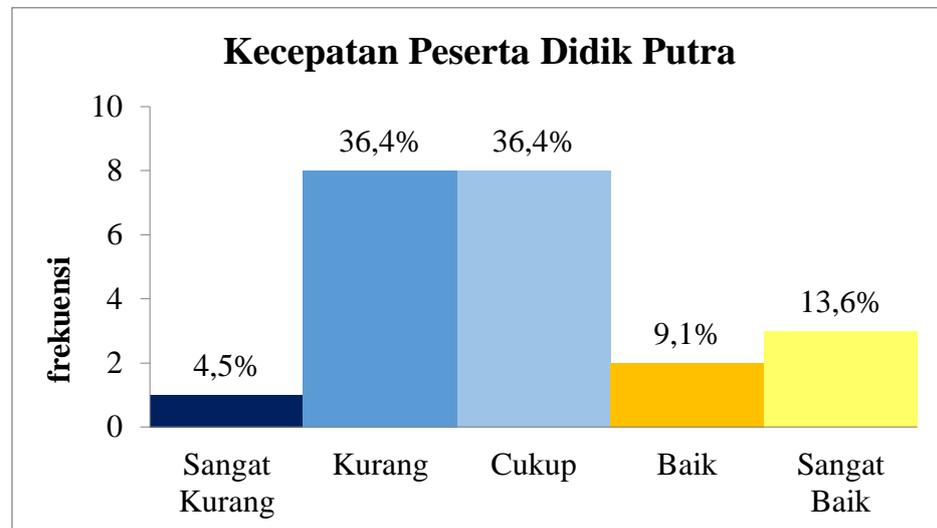
Kemudian data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus pengkategoriannya, yang terbagi menjadi lima (5) kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang. Berikut tabel distribusi frekuensi tingkat kemampuan kecepatan kelas V peserta didik di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kecepatan Kelas V Peserta Didik Putra SD Negeri Karanganyar 3 Sragen

Peserta Didik Putra						
No	Interval			Kategori	Frekuensi	%
1	65,00	<	X	Sangat Baik	3	13,6
2	55,00	< X ≤	65,00	Baik	2	9,1
3	45,00	< X ≤	55,00	Cukup	8	36,4
4	35,00	< X ≤	45,00	Kurang	8	36,4
5	X	≤	35,00	Sangat Kurang	1	4,5
Jumlah					22	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar frekuensi tingkat kemampuan kecepatan kelas V peserta didik putra di Sekolah Dasar Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Gambar 6. Diagram Batang Kemampuan Kecepatan Kelas V Peserta Didik Putra SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Berdasarkan tabel dan gambar di atas, dapat diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 3 peserta didik (13,6%), pada kategori baik 2 peserta didik (9,1%), pada kategori cukup 8 peserta didik (36,4%), pada kategori kurang 8 peserta didik (36,4%) sedangkan pada kategori sangat kurang 1 peserta didik (4,5%). Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik kelas V peserta didik putra dari tes kecepatan di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “cukup dan kurang”.

6. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri

Hasil kasar yang diperoleh kemudian diubah ke dalam bentuk *T-score*. Hasil *T-score* keempat item tes penelitian ini menjadi landasan dasar dalam menentukan kemampuan motorik kasar kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen. Hasil analisis data diperoleh jumlah skor 1999,99, *mean* (rata-rata) 200, *standar deviasi* (SD) 20,06,

skor maksimum 236,73 dan skor minimum 161,22. Secara lebih rinci hasil analisis data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 13. Statistik Analisis Data Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri

Statistik	
N	10
Mean	200,00
Median	201,15
Mode	161,22
Standar Deviasi	20,06
Maksimum	236,73
Minimum	161,22

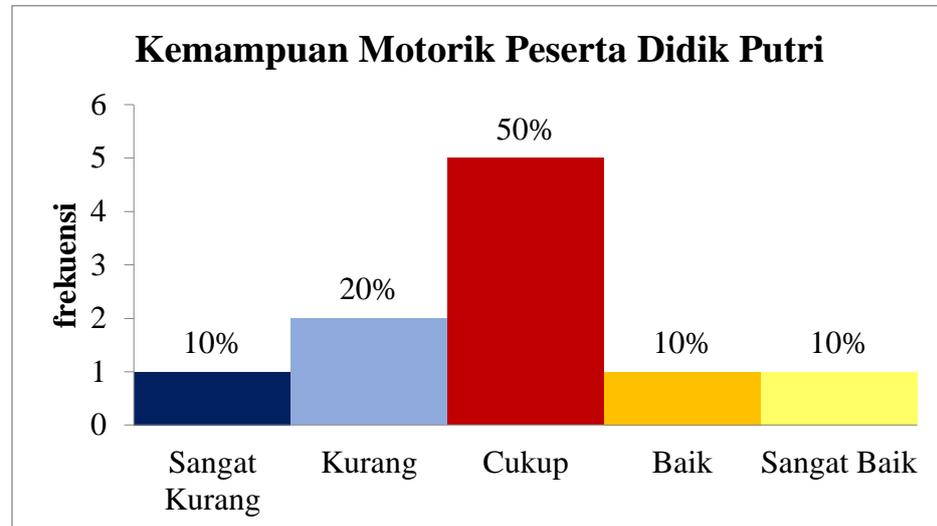
Kemudian data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus pengkategoriannya, yang terbagi menjadi lima (5) kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang. Berikut tabel distribusi frekuensi tingkat kemampuan motorik kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Tingkat Kemampuan Motorik Kelas V Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen

Peserta Didik Putri						
No	Interval			Kategori	Frekuensi	%
1	230,09	<	X	Sangat Baik	1	10
2	210,03	< X ≤	230,09	Baik	1	10
3	189,97	< X ≤	210,03	Cukup	5	50
4	169,91	< X ≤	189,97	Kurang	2	20
5	X	≤	169,91	Sangat Kurang	1	10
Jumlah					10	100

Apabila disajikan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar frekuensi tingkat kemampuan motorik kelas V putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Gambar 7. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Motorik Kelas V Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Berdasarkan tabel dan gambar di atas, dapat diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 1 peserta didik (10%), pada kategori baik 1 peserta didik (10%), pada kategori cukup 5 peserta didik (50%), pada kategori kurang 2 peserta didik (20%) sedangkan pada kategori sangat kurang 1 peserta didik (10%). Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik kelas V putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “Cukup”.

7. Kemampuan Kelincahan Peserta Didik Putri

Kemampuan kelincahan peserta didik putri diperoleh dari tes *shuttle run* 4 x 10 meter dengan satuan detik. Hasil analisis data diperoleh 499,99, *mean* (rata-rata) 50, *standar deviasi* (SD) 10, skor maksimum 62,34, dan skor minimum 34,61. Lebih rinci hasil analisis data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 15. Statistik Kemampuan Kelincahan Peserta Didik Putri

Statistik	
N	10
Mean	50,00
Median	50,50
Mode	34,61
Standar Deviasi	10,00
Maksimum	62,34
Minimum	34,61

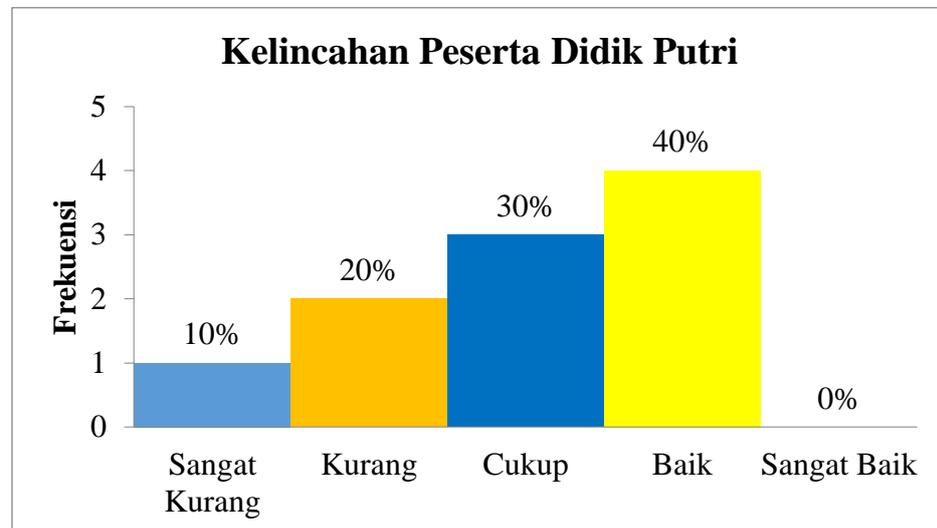
Kemudian data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus pengkategoriannya, yang terbagi menjadi lima (5) kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang. Berikut tabel distribusi frekuensi tingkat kemampuan kelincahan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kelincahan Kelas V Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen

Peserta Didik Putri						
No	Interval			Kategori	Frekuensi	%
1	65,00	<	X	Sangat Baik	0	0
2	55,00	< X ≤	65,00	Baik	4	40
3	45,00	< X ≤	55,00	Cukup	3	30
4	35,00	< X ≤	45,00	Kurang	2	20
5	X	≤	35,00	Sangat Kurang	1	10
Jumlah					10	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar frekuensi tingkat kemampuan kelincahan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Gambar 8. Diagram Batang Kemampuan Kelincahan Kelas V Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Berdasarkan tabel dan gambar di atas, dapat diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 0 peserta didik (0%), pada kategori baik 4 peserta didik (40%), pada kategori cukup 3 peserta didik (30%), pada kategori kurang 2 peserta didik (20%), sedangkan pada kategori sangat kurang 1 peserta didik (10%). Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan kelincahan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “baik”.

8. Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri

Kemampuan koordinasi mata dan tangan peserta didik putri diperoleh dari tes lempar tangkap bola dengan jarak 1 meter ke tembok selama 30 detik dengan satuan jumlah hasil tangkapan. Hasil analisis data diperoleh jumlah skor 500, *mean* (rata-rata) 50, *standar deviasi* (SD) 10, skor maksimum 74,34, dan skor minimum 39,92. Secara lebih detail hasil analisis data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 17. Statistik Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri

Statistik	
N	10
Mean	50,00
Median	48,23
Mode	39,92
Standar Deviasi	10,00
Maksimum	74,34
Minimum	39,92

Kemudian data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus pengkategorian, yang terbagi menjadi lima (5) kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang. Berikut tabel distribusi frekuensi tingkat kemampuan koordinasi mata dan tangan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 18. Distribusi Frekuensi Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen

Peserta Didik Putri						
No	Interval			Kategori	Frekuensi	%
1	65,00	<	X	Sangat Baik	1	10
2	55,00	< X ≤	65,00	Baik	0	0
3	45,00	< X ≤	55,00	Cukup	6	60
4	35,00	< X ≤	45,00	Kurang	3	30
5	X	≤	35,00	Sangat Kurang	0	0
Jumlah					10	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar frekuensi tingkat kemampuan koordinasi mata dan tangan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Gambar 9. Diagram Batang Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Berdasarkan tabel dan gambar di atas, dapat diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 1 peserta didik (10%), pada kategori baik 0 peserta didik (0%), pada kategori cukup 6 peserta didik (60%), pada kategori kurang 3 peserta didik (30%) sedangkan pada kategori sangat kurang 0 peserta didik (0%). Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan koordinasi mata dan tangan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “cukup”.

9. Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putri

Kemampuan keseimbangan pada peserta didik putri diperoleh dari tes *strok stand positional balance* dengan satuan banyaknya waktu yang diperoleh dalam mempertahankan sikap (detik). Hasil analisis data yang

diperoleh jumlah skor 500, *mean* (rata-rata) 50, *standar deviasi* (SD) 10, skor maksimum 72,93 dan skor minimum 40,38. Secara lebih rinci hasil analisis data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 19. Statistik Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putri

Statistik	
N	10
Mean	50,00
Median	46,25
Mode	40,38
Standar Deviasi	10,00
Maksimum	72,93
Minimum	40,38

Kemudian data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus pengkategorian, yang terbagi menjadi lima (5) kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang. Berikut tabel distribusi frekuensi tingkat kemampuan keseimbangan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 20. Distribusi Frekuensi Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen

Peserta Didik Putri						
No	Interval			Kategori	Frekuensi	%
1	65,00	<	X	Sangat Baik	1	10
2	55,00	< X ≤	65,00	Baik	1	10
3	45,00	< X ≤	55,00	Cukup	4	40
4	35,00	< X ≤	45,00	Kurang	4	40
5	X	≤	35,00	Sangat Kurang	0	0
Jumlah					10	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar frekuensi tingkat kemampuan keseimbangan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Gambar 10. Diagram Batang Kemampuan Keseimbangan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Berdasarkan tabel dan gambar diatas, dapat diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 1 peserta didik (10%), pada kategori baik 1 peserta didik (10%), pada kategori cukup 4 peserta didik (40%), pada kategori kurang 4 peserta didik (40%), sedangkan pada kategori sangat kurang 0 peserta didik (0%). Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan keseimbangan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “cukup dan kurang”.

10. Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putri

Kemampuan kecepatan peserta didik putri diperoleh dari tes lari 30 meter dengan satuan detik. Hasil analisis data diperoleh jumlah skor 500, *mean* (rata-rata) 50, *standar deviasi* (SD) 10, skor maksimum 61,79, dan skor minimum 33,92. Secara lebih rinci hasil analisis data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 21. Statistik Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putri

Statistik	
N	10
Mean	50,00
Median	51,79
Mode	33,92
Standar Deviasi	10,00
Maksimum	61,79
Minimum	33,92

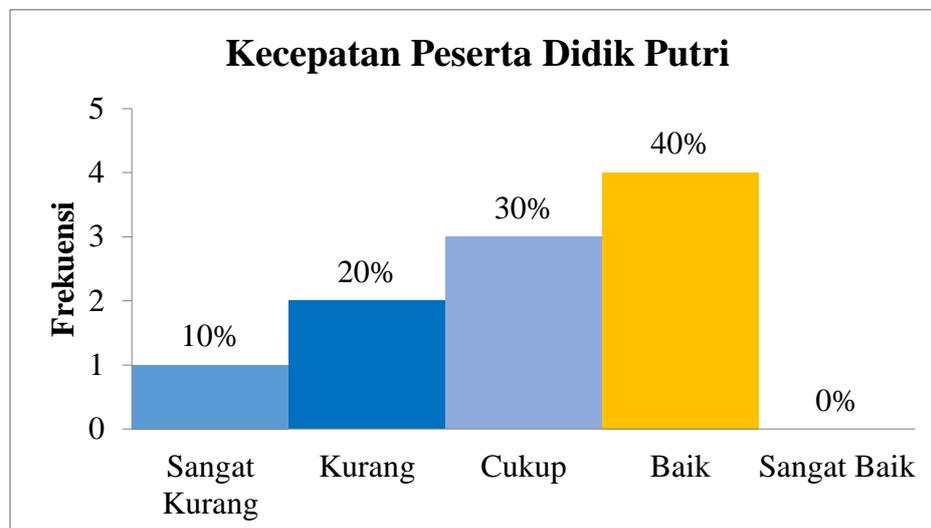
Kemudian data disusun dalam distribusi frekuensi sesuai dengan rumus pengkategoriannya, yang terbagi menjadi lima (5) kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, sangat kurang. Berikut tabel distribusi frekuensi tingkat kemampuan keseimbangan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 22. Distribusi Frekuensi Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen

Peserta Didik Putri						
No	Interval			Kategori	Frekuensi	%
1	65,00	<	X	Sangat Baik	0	0
2	55,00	< X ≤	65,00	Baik	4	40
3	45,00	< X ≤	55,00	Cukup	3	30
4	35,00	< X ≤	45,00	Kurang	2	20
5	X	≤	35,00	Sangat Kurang	1	10
Jumlah					10	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang, berikut gambar frekuensi tingkat kemampuan kecepatan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Gambar 11. Diagram Batang Kemampuan Kecepatan Peserta Didik Putri SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Berdasarkan tabel dan gambar diatas, dapat diketahui bahwa kategori sangat baik sebanyak 0 peserta didik (0%), pada kategori baik 4 peserta didik (40%), pada kategori cukup 3 peserta didik (30%), pada kategori kurang 2 peserta didik (20%), sedangkan pada kategori sangat kurang 1 peserta didik (10%). Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan kecepatan kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “baik”.

B. Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan dengan maksud dan tujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik kelas V peserta didik putra dan putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen. Penelitian dilakukan dengan menggunakan 4 (empat) rangkaian tes yang terdiri dari tes kelincahan (*shuttle run* 4 x 10 meter), tes koordinasi mata dan tangan (lempar tangkap bola 1 dengan jarak 1 meter

dengan tembok), tes keseimbangan (*strok stand positional balance*) dan tes kecepatan (lari 30 meter).

Berdasarkan hasil penelitian kemampuan motorik kelas V peserta didik putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dalam kategori sangat baik terdapat 2 peserta didik atau 9,1%, pada kategori baik sebanyak 5 peserta didik atau 22,7%, pada kategori cukup sebanyak 6 peserta didik atau 27,3%, pada kategori kurang sebanyak 7 peserta didik atau 31,8%, pada kategori sangat kurang sebanyak 2 peserta didik atau 9,1%. Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik kasar kelas V putra di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “kurang”.

Berdasarkan hasil penelitian kemampuan motorik kelas V peserta didik putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen dalam kategori sangat baik sebanyak 1 peserta didik atau 10%, pada kategori baik 1 peserta didik atau 10%, pada kategori cukup 5 peserta didik atau 50%, pada kategori kurang 2 peserta didik atau 20%, sedangkan pada kategori sangat kurang 1 peserta didik atau 10%. Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan motorik kelas V putri di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen termasuk dalam kategori “Cukup”.

Dari hasil data yang telah diperoleh merupakan keragaman kategori kemampuan motorik peserta didik yang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor tersendiri, karena tidak semua peserta didik dapat menguasai secara keseluruhan unsur-unsur dari kemampuan motorik. Salah satu faktor yang dapat meningkatkan kemampuan motorik anak adalah faktor lingkungan. Hal

ini dikarenakan dengan adanya stimulasi dari lingkungan, misalnya sarana dan prasarana yang mendukung anak-anak untuk bergerak serta menarik anak-anak untuk termotivasi melakukan aktivitas gerak. Melalui kegiatan pembelajaran gerak yang menarik, peserta didik akan lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran khususnya motorik dikelas maupun diluar kelas.

C. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyadari bahwa hasil dan proses penelitian ini masih belum sempurna dan masih memiliki banyak kelemahan. Beberapa keterbatasan dan kelemahan dalam proses penelitian ini adalah:

1. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat menjadi pengaruh dalam proses tes kemampuan motorik ini, seperti faktor psikologis.
2. Tidak memperhitungkan waktu pelaksanaan dan keadaan tempat pada saat pelaksanaan tes.
3. Tidak memperhatikan dan mengetahui makanan yang dikonsumsi peserta didik sebelum melakukan tes.
4. Pada saat proses penjelasan cara dan bagaimana melakukan tes banyak peserta didik yang tidak memperhatikan sehingga saat tes berlangsung masih banyak peserta didik yang bertanya.
5. Tidak menutup kemungkinan terdapat peserta didik yang tidak bersungguh-sungguh dalam melaksanakan tes dan mengganggu temannya yang sedang melakukan tes tersebut.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

Tingkat kemampuan motorik peserta didik putra kelas V Tahun Ajaran 2023/2024 di SD Negeri Karanganyar 3 Kecamatan Sambungmacan Kabupaten Sragen berada pada kategori “kurang” dengan persentase dalam kategori sangat baik terdapat 2 peserta didik atau 9,1%, pada kategori baik sebanyak 5 peserta didik atau 22,7%, pada kategori cukup sebanyak 6 peserta didik atau 27,3%, pada kategori kurang sebanyak 7 peserta didik atau 31,8%, pada kategori sangat kurang sebanyak 2 peserta didik atau 9,1%. Tingkat kemampuan peserta didik putri kelas V Tahun Ajaran 2023/2024 di SD Negeri Karanganyar 3 Kecamatan Sambungmacan Kabupaten Sragen berada pada kategori “cukup” dengan persentase dalam kategori sangat baik sebanyak 1 peserta didik atau 10%, pada kategori baik 1 peserta didik atau 10%, pada kategori cukup 5 peserta didik atau 50%, pada kategori kurang 2 peserta didik atau 20%, sedangkan pada kategori sangat kurang 1 peserta didik atau 10%.

B. Implikasi Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas, dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk membantu peserta didik dalam melakukan suatu aktivitas gerak, dan bagi pendidik PJOK menjadi

bahan evaluasi yang mendasar mengenai keberhasilan terhadap pembelajaran motorik yang sudah dilakukan.

2. Guru dan peserta didik dapat lebih menjaga, memacu, mempertahankan, atau meningkatkan keterampilan motorik dari tes yang telah dilakukan dan hasil yang sudah diketahui.
3. Dengan diketahui kemampuan peserta didik kelas V di SD Negeri Karanganyar 3, dapat digunakan sebagai referensi untuk mengetahui kemampuan motorik peserta didik kelas lain di sekolah tersebut maupun di sekolah lain.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan penjelasan di atas terdapat beberapa saran yang perlu dikemukakan yaitu:

1. Bagi peserta didik kelas V SD Negeri Karanganyar 3 Sragen agar dapat mengikuti kegiatan pembelajaran PJOK dengan sungguh-sungguh supaya dapat memahami dan melakukan aktivitas gerak sesuai dengan intruksi pendidik, sehingga tingkat kemampuan motorik terus meningkat sesuai dengan fase pertumbuhan.
2. Bagi pendidik, hendaknya dapat memahami dan mengajarkan kepada peserta didik mengenai aktivitas gerak dasar guna menunjang kemampuan motorik peserta didik.
3. Bagi sekolah, hendaknya memfasilitasi peserta didik untuk aktif melakukan kegiatan yang dapat menunjang kemampuan motorik peserta didik seperti kegiatan ekstrakurikuler.

DAFTAR PUSTAKA

- Swarjana, I. K., & SKM, M. (2022). *Populasi-sampel, teknik sampling & bias dalam penelitian*. Penerbit Andi.
- Astuti, W. U. R. I. (2017). Hakikat Pendidikan. *Over The Rim*, 191-199.
- Alif, M. N., & Sudirjo, E. (2019). *Filsafat Pendidikan Jasmani*. Muhammad Nur Alif.
- Ana. (2019). Pengaruh Pendidikan Jasmani Terhadap Pembentukan Budi Pekerti. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Astuti, W. (2020). Hakikat Pendidikan. *Paper Knowledge. Toward a Media History of Documents*, 1–2. http://file.upi.edu/Direktori/FPBS/JUR._PEND._BAHASA_ARAB/195204141980021-DUDUNG_RAHMAT_HIDAYAT/HAKIKAT_PENDIDIKAN.pdf
- Fitriani, L (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kemampuan motorik halus bermain puzzle pada anak prasekolah di RSUD Pasar Rebo Jakarta Timur tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(1)
- Gazali, A. A. (2017). Hubungan Kemampuan Motorik Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 2 Klaten. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Rekreasi*, 6(3), 100.
- Hakimah, E. N. (2016). Pengaruh Kesadaran Merek, Persepsi Kualitas, Asosiasi Merek, Loyalitas Merek Terhadap Keputusan Pembelian Makanan Khas Daerah Kediri Tahu Merek “POO” Pada Pengunjung Toko Pusat Oleh-Oleh Kota Kediri. *Jurnal Nusantara Aplikasi Manajemen Bisnis*, 1(1), 13–21.
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Lia, D. (2020). Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta 2016. *Revista Brasileira de Ergonomia*, 3(2), 80–91.
- Neviyarni, Dewi, I. (2020). Perkembangan Emosi Dan Sosial Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *El-Muhbib: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Pendidikan Dasar*, 4(2), 162-180.
- Nugraheni, K. (2019). Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas Vii Di Smp Negeri 1 Sleman Yogyakarta Level of Motoric Ability of the Grade Seven Students of Junior High School 1 Sleman Yogyakarta. *Pendidikan Jasmani*

Purnomo, Nurdian (2023) Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas IV dan V di SD Negeri Rejamulya 02 Kecamatan Kedungreja Kabupaten Cilacap

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

Pambudi, M. I., Winarno, M. E., & Dwiyoogo, W. D. (2019). Perencanaan dan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(1), 110. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v4i1.11906>

Pamilih, Bening Putri. (2022). Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas Atas Di SD Negeri Keceme 2 Kabupaten Sleman Tahun Ajaran 2021/2022. Universitas Negeri Yogyakarta.

Penjas, M. D., Rithaudin, A., & Or, M. (n.d.). *Materi Dasar-dasar Penjas – Ahmad Rithaudin, M.Or.* 3–5.

Purwanto, N. (2019). Variabel Dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Teknodik*, 6115, 196–215. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>

Rahayu, Ega Trisna. (2014). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta

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*, 1(2), 2–5.

Rudiyanto, A. 2016. *Perkembangan Motorik Kasar Dan Motorik Halus Anak Usia Dini*. Darussalam Press: Lampung 2016.

Setiawan, D.K. 2017. Survei Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Negeri Tahun Ajaran 2014-2015 (Studi Pada Siswa Kelas IV, V, VI SDN Kutorejo II Kertosono). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* Vol. 05 No. 01 Tahun 2017, 12-20

Sudarsinah. (2021). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Bagi Anak Usia Sekolah Dasar. *Elementa: Jurnal Pgsd Stkip Pgri Banjarmasin*, 3(3), 1–10. <https://doi.org/10.33654/pgsd>

Sudjiono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Persetujuan Judul



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092.
Laman : <http://www.fik.uny.ac.id>. Surel : humas_fik@uny.ac.id

13 Maret 2023

Kpd Yth Saudara Vyona Valencia NIM 20604221044

Mahasiswa Prodi PJSD Program Sarjana

Dengan hormat,

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

Judul Tugas Akhir : Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen.

Dosen Pembimbing : **Nur Sita Utami, S.Pd., M.Or.**

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 perhatiannya diucapkan terima kasih.

Koorprodi PJSD Program Sarjana

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

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian

UNY



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

Nomor : B/42/UN34.16/PT.01.04/2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

11 Agustus 2023

Yth . Kepala Sekolah SD Negeri Karanganyar 3
Bulu, Karanganyar , Kec. Sambungmacan, Kab. Sragen, Jawa Tengah 57253

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

Nama : Vyona Valencia
NIM : 20604221044
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen
Waktu Penelitian : 12 Agustus - 9 September 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 3. Surat Keterangan Penelitian Dari SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



**PEMERINTAH KABUPATEN SRAGEN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
KECAMATAN SAMBUNGMACAN
SD NEGERI KARANGANYAR 3**
Alamat : Bulu, Karanganyar, Sambungmacan, Sragen

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN
NO: 800/084/04.7.4/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sri Sunarmi, S.Pd.SD
NIP : 19681224 200701 2 010
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD N Karanganyar 3

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Vyona Valencia
NIM : 20604221044
Prodi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan penelitian di sekolah kami guna menyusun Tugas Akhir Skripsi dengan judul penelitian:

“Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V
Di SD Negeri Karanganyar 3 Sragen Tahun Ajaran 2023/2024”

Demikian Surat Keterangan ini di buat dengan sebenar-benarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sragen, 09 Januari 2024
Kepala Sekolah

Sri Sunarmi, S.Pd.SD
NIP. 19681224 200701 2 010

Lampiran 4. Hasil Penelitian

NO.	NAMA	JENIS KELAMIN	KELINCAHAN	KOORDINASI	KESEIMBANGAN	KECEPATAN
			Shuttle Run 4 x 10 m (detik)	Lempar Tangkap Bola (Point)	Tes Stork Stand Positional Balance	Tes lari cepat 30 meter
1	Bilal	L	30.08	8x	13.00	06.08
2	Ahmad Faizan	L	29.72	17x	16.83	05.96
3	Nafeza	P	30.45	20x	29.94	05.92
4	Bramantiyo	L	27.00	18x	20.71	05.19
5	Dwiki	L	29.01	11x	33.18	05.97
6	Moh. Arland	L	29.53	21x	01.07.14	05.86
7	Miftakhul	P	29.27	11x	20.69	06.37
8	Reydauid	L	30.04	22x	33.31	05.86
9	Rega	L	27.53	17x	34.48	06.04
10	Respati	P	34.20	9x	41.92	07.55
11	Vilove	P	32.63	9x	23.45	06.74
12	Reza	L	26.26	23x	01:27.43	04.93
13	Fadhil	L	27.63	13x	18.91	05.89
14	Afifa	P	30.06	6x	18.32	06.21
15	Adam	L	30.83	18x	14.57	06.56
16	Arya	L	33.91	18x	30.50	08.53
17	Avariela	P	28.31	12x	13.99	07.18
18	Dwi	L	32.14	14x	17.89	08.23
19	Gebin	L	31.51	16x	16.75	08.57
20	Adhitya	L	33.54	14x	28.66	07.41
21	Abid	L	34.10	5x	13.85	06.81
22	Amira	P	35.02	7x	12.05	07.69
23	Hana	P	34.36	6x	10.32	07.76
24	Aditya	L	33.65	11x	17.44	07.78
25	Ahmad Azmi	L	28.34	15x	01:06.83	05.29
26	Aga Manggar	L	32.54	13x	30.45	06.75
27	Inova	L	32.67	10x	31.24	06.62
28	Muh. Dwi	L	31.14	16x	03:08.40	05.75
29	Habib	L	30.91	11x	31.98	06.08
30	Hakim	L	29.07	14x	53.77	06.81
31	Lina	P	31.09	10x	14.56	07.87
32	Salsa	P	33.87	11x	15.21	07.16

Sragen, 09 Januari 2024

Mengetahui ;

 Kepala Sekolah,
 S.Pd.SD.
 NIP. 19681224 200701 2 010

Guru PJOK

 Teguh Yuwono, S.Pd.
 NIP. -

Mahasiswa,

 Vyona Valencia
 NIM. 20604221044

Lampiran 5. Data Penelitian Keseluruhan Putra

No	Nama	Kelinc ahan	<i>TScore</i>	Ko ord ina si	<i>TScore</i>	Kesei mbang an	<i>TScore</i>	Kece patan	<i>TScore</i>	Jumla h <i>TScore</i>
1	BL	30,08	48,18	8	34,82	13	41,73	6,08	45,97	170,7
2	FZ	29,72	46,64	17	54,99	16,83	43,02	5,96	44,82	189,47
3	BM	27	35,03	18	57,23	20,71	44,32	5,19	37,41	173,99
4	DI	29,01	43,61	11	41,54	33,18	48,51	5,97	44,91	178,57
5	AD	29,53	45,83	21	63,96	87,14	66,65	5,86	43,85	220,29
6	DD	30,04	48,01	22	66,2	33,31	48,56	5,86	43,85	206,62
7	RA	27,53	37,29	17	54,99	34,48	48,95	6,04	45,59	186,82
8	RZ	26,26	31,87	23	68,44	87,4	45:36	4,93	34,9	201,95
9	FL	27,63	37,72	13	46,03	18,91	43,72	5,89	44,14	171,61
10	AM	30,83	51,38	18	57,23	14,57	42,26	6,56	50,59	201,46
11	AA	33,91	64,53	18	57,23	30,5	47,61	8,53	69,55	238,92
12	DW	32,14	56,97	14	48,27	17,89	43,37	8,23	66,66	215,27
13	GN	31,51	54,28	16	52,75	16,75	42,99	8,57	69,93	219,95
14	AT	33,54	62,95	14	48,27	28,66	46,99	7,41	58,77	216,98
15	AD	34,1	65,34	5	28,09	13,85	42,02	6,81	53	188,45
16	AY	33,65	63,42	11	41,54	17,44	43,22	7,78	62,33	210,51
17	AZ	28,34	40,75	15	50,51	66,8	59,81	5,29	38,37	189,44
18	AG	32,54	58,68	13	46,03	30,45	47,6	6,75	52,42	204,73
19	IA	32,67	59,24	10	39,3	31,24	47,86	6,62	51,17	197,57
20	DA	31,14	52,7	16	52,75	128,4	80,52	5,75	42,8	228,77
21	HB	30,91	51,72	11	41,54	31,98	48,11	6,08	45,97	187,34
22	HK	29,07	43,86	14	48,27	53,77	55,43	6,81	53	200,56
Jumlah		671,15	1100	325	1099,98	827,26	1100	142,97	1100	4399,97
Average		30,51	50,00	14,77	50,00	37,60	50,00	6,50	50,00	200,00
Standar Deviasi		2,34	10	4,46	10,00	29,75	10,00	1,04	10	18,71

Lampiran 6. Data Penelitian Keseluruhan Putri

No	Nama	Kelinc ahan	<i>T</i> <i>Score</i>	Koordi nasi	<i>T</i> <i>Score</i>	Keseim bangan	<i>T</i> <i>Score</i>	Kece patan	<i>T</i> <i>Score</i>	Jumlah <i>Tscore</i>
1	NA	30,45	45,2	20	74,34	29,94	60,59	5,92	33,92	214,05
2	MA	29,72	42,46	11	52,21	16,83	47,09	6,37	40,35	182,11
3	RI	34,2	59,28	9	47,3	41,92	72,93	7,55	57,22	236,73
4	VE	32,63	53,39	9	47,3	23,45	53,9	6,74	45,64	200,23
5	AA	27,63	34,61	6	39,92	18,32	48,62	6,21	38,07	161,22
6	AL	28,31	37,17	12	54,67	13,99	44,16	7,18	51,93	187,93
7	AH	35,02	62,36	7	42,38	12,05	42,16	7,69	59,22	206,12
8	HN	34,36	59,88	6	39,92	10,32	07:12	7,76	60,22	200,4
9	LI	31,09	47,6	10	49,75	14,56	44,75	7,87	61,79	203,89
10	SL	33,87	58,04	11	52,21	15,21	45,42	7,16	51,64	207,31
Jumlah		317,28	499,99	101	500	196,59	500	70,4 5	500	1999,99
Mean		31,728	49,999	10,1	50	19,659	50	7,04 5	50	200,00
Standar Deviasi		2,66	10,00	4,07	10,00	9,71	10,00	0,70	10,00	20,06

Lampiran 7. Analisis Deskriptif Statistik Motorik Berdasarkan *T-Skor* Putra

N	Valid	22
	Missing	0
Mean	199,9986	
Std. Error of Mean	3,98930	
Median	201,0100	
Mode	170,70 ^a	
Std. Deviation	18,71147	
Minimum	170,70	
Maximum	238,92	
Sum	4399,97	

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	170,70	1	4,5	4,5	4,5
	171,61	1	4,5	4,5	9,1
	173,99	1	4,5	4,5	13,6
	178,57	1	4,5	4,5	18,2
	186,82	1	4,5	4,5	22,7
	187,34	1	4,5	4,5	27,3
	188,45	1	4,5	4,5	31,8
	189,44	1	4,5	4,5	36,4
	189,47	1	4,5	4,5	40,9
	197,57	1	4,5	4,5	45,5
	200,56	1	4,5	4,5	50,0
	201,46	1	4,5	4,5	54,5
	201,95	1	4,5	4,5	59,1
	204,73	1	4,5	4,5	63,6
	206,62	1	4,5	4,5	68,2
	210,51	1	4,5	4,5	72,7
	215,27	1	4,5	4,5	77,3
	216,98	1	4,5	4,5	81,8
	219,95	1	4,5	4,5	86,4
	220,29	1	4,5	4,5	90,9
	228,77	1	4,5	4,5	95,5
	238,92	1	4,5	4,5	100,0
Total		22	100,0	100,0	

Lampiran 8. Analisis Deskriptif Statistik Kelincahan Berdasarkan *T-Skor* Putra

N	Valid	22
	Missing	0
Mean	50,0000	
Median	49,7787	
Mode	31,87 ^a	
Std. Deviation	10,00000	
Minimum	31,87	
Maximum	65,34	
Sum	1100,00	

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	31,87	1	4,5	4,5	4,5
	35,03	1	4,5	4,5	9,1
	37,29	1	4,5	4,5	13,6
	37,72	1	4,5	4,5	18,2
	40,75	1	4,5	4,5	22,7
	43,61	1	4,5	4,5	27,3
	43,86	1	4,5	4,5	31,8
	45,83	1	4,5	4,5	36,4
	46,64	1	4,5	4,5	40,9
	48,01	1	4,5	4,5	45,5
	48,18	1	4,5	4,5	50,0
	51,38	1	4,5	4,5	54,5
	51,72	1	4,5	4,5	59,1
	52,70	1	4,5	4,5	63,6
	54,28	1	4,5	4,5	68,2
	56,97	1	4,5	4,5	72,7
	58,68	1	4,5	4,5	77,3
	59,24	1	4,5	4,5	81,8
	62,95	1	4,5	4,5	86,4
	63,42	1	4,5	4,5	90,9
	64,53	1	4,5	4,5	95,5
	65,34	1	4,5	4,5	100,0
Total		22	100,0	100,0	

Lampiran 9. Analisis Deskriptif Statistik Koordinasi Berdasarkan *T-Skor* Putra

N	Valid	22
	Missing	0
Mean		50,0000
Median		49,3886
Mode		41,54 ^a
Std. Deviation		10,00000
Minimum		28,09
Maximum		68,44
Sum		1100,00

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	28,09	1	4,5	4,5	4,5
	34,82	1	4,5	4,5	9,1
	39,30	1	4,5	4,5	13,6
	41,54	3	13,6	13,6	27,3
	46,03	2	9,1	9,1	36,4
	48,27	3	13,6	13,6	50,0
	50,51	1	4,5	4,5	54,5
	52,75	2	9,1	9,1	63,6
	54,99	2	9,1	9,1	72,7
	57,23	3	13,6	13,6	86,4
	63,96	1	4,5	4,5	90,9
	66,20	1	4,5	4,5	95,5
	68,44	1	4,5	4,5	100,0
	Total		22	100,0	100,0

Lampiran 10. Analisis Deskriptif Statistik Keseimbangan Berdasarkan *T-Skor* Putra

N	Valid	22
	Missing	0
Mean	50,0000	
Median	47,6043	
Mode	41,73 ^a	
Std. Deviation	10,00000	
Minimum	41,73	
Maximum	80,52	
Sum	1100,00	

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	41,73	1	4,5	4,5	4,5
	42,02	1	4,5	4,5	9,1
	42,26	1	4,5	4,5	13,6
	42,99	1	4,5	4,5	18,2
	43,02	1	4,5	4,5	22,7
	43,22	1	4,5	4,5	27,3
	43,37	1	4,5	4,5	31,8
	43,72	1	4,5	4,5	36,4
	44,32	1	4,5	4,5	40,9
	46,99	1	4,5	4,5	45,5
	47,60	1	4,5	4,5	50,0
	47,61	1	4,5	4,5	54,5
	47,86	1	4,5	4,5	59,1
	48,11	1	4,5	4,5	63,6
	48,51	1	4,5	4,5	68,2
	48,56	1	4,5	4,5	72,7
	48,95	1	4,5	4,5	77,3
	55,43	1	4,5	4,5	81,8
	59,81	1	4,5	4,5	86,4
	66,65	1	4,5	4,5	90,9
	66,74	1	4,5	4,5	95,5
	80,52	1	4,5	4,5	100,0
Total		22	100,0	100,0	

Lampiran 11. Analisis Deskriptif Statistik Kecepatan Berdasarkan *T-Skor* Putra

N	Valid	22
	Missing	0
Mean		50,0000
Median		45,9711
Mode		43,85 ^a
Std. Deviation		10,00000
Minimum		34,90
Maximum		69,93
Sum		1100,00

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	34,90	1	4,5	4,5	4,5
	37,41	1	4,5	4,5	9,1
	38,37	1	4,5	4,5	13,6
	42,80	1	4,5	4,5	18,2
	43,85	2	9,1	9,1	27,3
	44,14	1	4,5	4,5	31,8
	44,82	1	4,5	4,5	36,4
	44,91	1	4,5	4,5	40,9
	45,59	1	4,5	4,5	45,5
	45,97	2	9,1	9,1	54,5
	50,59	1	4,5	4,5	59,1
	51,17	1	4,5	4,5	63,6
	52,42	1	4,5	4,5	68,2
	53,00	2	9,1	9,1	77,3
	58,77	1	4,5	4,5	81,8
	62,33	1	4,5	4,5	86,4
	66,66	1	4,5	4,5	90,9
	69,55	1	4,5	4,5	95,5
	69,93	1	4,5	4,5	100,0
	Total		22	100,0	100,0

Lampiran 12. Analisis Deskriptif Statistik Motorik Berdasarkan *T-Skor* Putri

N	Valid	10
	Missing	0
Mean		199,9990
Median		202,1450
Mode		161,22 ^a
Std. Deviation		20,06200
Minimum		161,22
Maximum		236,73
Sum		1999,99

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	161,22	1	10,0	10,0	10,0
	182,11	1	10,0	10,0	20,0
	187,93	1	10,0	10,0	30,0
	200,23	1	10,0	10,0	40,0
	200,40	1	10,0	10,0	50,0
	203,89	1	10,0	10,0	60,0
	206,12	1	10,0	10,0	70,0
	207,31	1	10,0	10,0	80,0
	214,05	1	10,0	10,0	90,0
	236,73	1	10,0	10,0	100,0
Total		10	100,0	100,0	

Lampiran 13. Analisis Deskriptif Statistik Kelincahan Berdasarkan *T-Skor* Putri

N	Valid	10
	Missing	0
Mean		50,0000
Median		50,4957
Mode		34,61 ^a
Std. Deviation		10,00000
Minimum		34,61
Maximum		62,36
Sum		500,00

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	34,61	1	10,0	10,0	10,0
	37,17	1	10,0	10,0	20,0
	42,46	1	10,0	10,0	30,0
	45,20	1	10,0	10,0	40,0
	47,60	1	10,0	10,0	50,0
	53,39	1	10,0	10,0	60,0
	58,04	1	10,0	10,0	70,0
	59,28	1	10,0	10,0	80,0
	59,88	1	10,0	10,0	90,0
	62,36	1	10,0	10,0	100,0
Total		10	100,0	100,0	

Lampiran 14. Analisis Deskriptif Statistik Koordinasi Berdasarkan *T-Skor* Putri

N	Valid	10
	Missing	0
Mean		50,0000
Median		48,5249
Mode		39,92 ^a
Std. Deviation		10,00000
Minimum		39,92
Maximum		74,34
Sum		500,00

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	39,92	2	20,0	20,0	20,0
	42,38	1	10,0	10,0	30,0
	47,30	2	20,0	20,0	50,0
	49,75	1	10,0	10,0	60,0
	52,21	2	20,0	20,0	80,0
	54,67	1	10,0	10,0	90,0
	74,34	1	10,0	10,0	100,0
	Total	10	100,0	100,0	

Lampiran 15. Analisis Deskriptif Statistik Keseimbangan Berdasarkan *T-Skor* Putri

N	Valid	10
	Missing	0
Mean		50,0000
Median		46,2521
Mode		40,38 ^a
Std. Deviation		10,00000
Minimum		40,38
Maximum		72,93
Sum		500,00

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	40,38	1	10,0	10,0	10,0
	42,16	1	10,0	10,0	20,0
	44,16	1	10,0	10,0	30,0
	44,75	1	10,0	10,0	40,0
	45,42	1	10,0	10,0	50,0
	47,09	1	10,0	10,0	60,0
	48,62	1	10,0	10,0	70,0
	53,90	1	10,0	10,0	80,0
	60,59	1	10,0	10,0	90,0
	72,93	1	10,0	10,0	100,0
Total		10	100,0	100,0	

Lampiran 16. Analisis Deskriptif Statistik Kecepatan Berdasarkan *T-Skor* Putri

N	Valid	10
	Missing	0
Mean		50,0000
Median		51,7866
Mode		33,92 ^a
Std. Deviation		10,00000
Minimum		33,92
Maximum		61,79
Sum		500,00

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	33,92	1	10,0	10,0	10,0
	38,07	1	10,0	10,0	20,0
	40,35	1	10,0	10,0	30,0
	45,64	1	10,0	10,0	40,0
	51,64	1	10,0	10,0	50,0
	51,93	1	10,0	10,0	60,0
	57,22	1	10,0	10,0	70,0
	59,22	1	10,0	10,0	80,0
	60,22	1	10,0	10,0	90,0
	61,79	1	10,0	10,0	100,0
Total		10	100,0	100,0	

Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian

Gambar 12. Peneliti Menjelaskan Prosedur Pelaksanaan Tes



Gambar 13. Peserta Didik Melakukan Pemanasan Sebelum Pengambilan Data



Gambar 14. Dokumentasi Tes Lari Cepat 30 Meter



Gambar 15. Dokumentasi Tes *Shuttle-Run* 4 x 10 Meter



Gambar 16. Dokumentasi Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 Meter Dengan Tembok



Gambar 17. Dokumentasi Tes Stork Stand Positional Balance



Gambar 18. Dokumentasi Akhir Setelah Pelaksanaan Tes Bersama Guru PJOK SD Negeri Karanganyar 3 Sragen



Gambar 19. Dokumentasi Akhir Setelah Pelaksanaan Tes Bersama Peserta Didik

