

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SDN PURWOREJO
SAWUNGAN KAPANEWON PAKEM SLEMAN
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



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

**Oleh:
ZIAN FITRI RAHMALIA
NIM 20604221031**

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

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SDN PURWOREJO
SAWUNGAN KAPANEWON PAKEM SLEMAN
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Oleh:

Zian Fitri Rahmalia
NIM 20604221031

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan, Kapanewon Pakem, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Pendekatan yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Penelitian ini dilakukan di SDN Purworejo Sawungan, Kapanewon Pakem, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes *motor ability* dari Nurhasan (2004, p. 6.6) dengan reliabilitas sebesar 0,93 dan validitasnya sebesar 0,87 yang terdiri dari empat tes yaitu: tes kelincahan dengan tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, koordinasi dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, keseimbangan dengan tes *stork stand positional balance*, dan kecepatan dengan tes lari cepat 30 meter. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan yang berjumlah 47 peserta didik. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan Kapanewon Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta dalam kategori “sangat baik” sebesar 10,6% (5 peserta didik), “baik” sebesar 21,3% (10 peserta didik), “cukup” sebesar 34,0% (16 peserta didik), “kurang” sebesar 27,7% (13 peserta didik), “sangat kurang” sebesar 6,4% (3 peserta didik).

Kata Kunci: Bola Voli, Ekstrakurikuler, Kemampuan, Motorik Kasar

**LEVEL OF GROSS MOTOR ABILITY OF VOLLEYBALL
EXTRACURRICULAR MEMBERS OF SDN PURWOREJO
SAWUNGAN KAPANEWON PAKEM SLEMAN
SPECIAL REGION OF YOGYAKARTA**

By:

Zian Fitri Rahmalia

20604221031

ABSTRACT

The objective of the research is to determine the raw motoric ability of volleyball extracurricular members of SDN Purworejo Sawungan (Purworejo Sawungan Elementary School), Pakem District, Sleman Regency, Special Region of Yogyakarta.

The research approach was a descriptive quantitative study with survey methods. This research was conducted at SDN Purworejo Sawungan, Pakem District, Sleman Regency, Special Region of Yogyakarta. The research instrument used the motoric ability test from Nurhasan (2004, p. 6.6) with a reliability of 0.93 and a validity of 0.87 which consisted of four tests: agility test with a 4x10 meter shuttle-run test, coordination with throwing and catching a ball test at 1 meter against a wall, balance used the stork stand positional balance test, and speed used 30 meters sprint test. The research subjects were 47 volleyball extracurricular members of SDN Purworejo Sawungan. The data analysis technique used descriptive quantitative analysis with percentages.

The results of this research show that the motoric ability of volleyball extracurricular members of SDN Purworejo Sawungan Pakem District, Sleman Regency, Special Region of Yogyakarta are as follows: in the "very high" level at 10.6% (5 students), in the "high" level at 21.3% (10 students), in the "medium" level at 34.0% (16 students), in the "low" level at 27.7% (13 students), and in the "very low" level at 6.4% (3 students).

Keywords: Volleyball, Extracurricular, Ability, Raw Motoric

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zian Fitri Rahmalia
NIM : 20604221031
Progam Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Peserta
Ekstrakurikuler Bola Voli Di SDN Purworejo
Sawungan Kapanewon Pakem Sleman Daerah
Istimewa Yogyakarta.

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

Yogyakarta, 27 Februari 2024
Yang menyatakan



Zian Fitri Rahmalia
NIM. 20604221031

LEMBAR PERSETUJUAN

**TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SDN PURWOREJO
SAWUNGAN KAPANEWON PAKEM SLEMAN
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**ZIAN FITRI RAHMALIA
20604221031**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal : 27 Februari 2024

Koordinator Progam Studi

Dosen Pembimbing



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



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

LEMBAR PENGESAHAN

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SDN PURWOREJO SAWUNGAN KAPANEWON PAKEM SLEMAN DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

TUGAS AKHIR SKRIPSI

ZIAN FITRI RAHMALIA
20604221031

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal: 18 Maret 2024

Nama/Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Hari Yulianto, S.Pd., M.Kes.
(Ketua)



21-3-2024

Nur Sita Utami, S.Pd., M.Or.
(Sekretaris)



20-3-2024

Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or.
(Penguji Utama)



20-3-2024

Yogyakarta, 21 Maret 2024
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



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

MOTTO

“Berlari akan membuatmu mudah terjatuh, maka berjalanlah dan nikmati prosesnya”

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(QS. Al Baqarah: 286)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Saya persembahkan Tugas Akhir Skripsi ini kepada:

1. Kedua Orangtua saya, Bapak Fathurokhman dan Ibu Lia Yunita, terima kasih atas segala doa, dukungan, ridho, dan cinta kasih yang telah diberikan.
2. Adik saya Muhammad Fatah, terima kasih atas keceriaan dan doa yang telah diberikan.
3. Keluarga besar saya, Nenek Hartati, Nenek Soimah, Kakek Muhibin, Almarhum Kakek Pardi, Tante Atrika Anggreini, Bude Zustiana, Tante Amalia, Tante Zahrotun, dan keluarga yang lain yang tidak bisa saya sebutkan satu-satu. Terima kasih atas segala doa dan dukungan yang telah diberikan.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yan Maha Esa atas kasih dan karunia-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan Kapanewon Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta” ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Bapak Dr. Hari Yuliarto, M.Kes. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang memberikan ilmu, bimbingan, tenaga, dan waktunya untuk membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M. Kes., AIFO., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh S.Or., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan (FIKK) yang telah memberikan persetujuan dan izin penelitian.
3. Bapak Dr. Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or., selaku Ketua Departemen Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar yang telah memberikan izin penelitian.

4. Ibu Sutinah S.Pd.SD selaku Kepala Sekolah SDN Purworejo Sawungan yang telah memberikan izin dan membantu selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi.
5. Orang tua dan keluarga tersayang, terima kasih telah memberikan doa dan dukungan selama ini.
6. Sahabat-sahabat saya, Dyahlita, Taufiqoh, Restitia, Rama, Ilham, Lilis, Shofa, Widya, David, Naufal, Risput, Amal, Mustika dan sahabat yang lain. Terima kasih selalu menjadi penyemangat penulis.
7. Teman-teman KKN R-8556 Gunungsari Pracimantoro dan PK SDN Tirtoadi. Terima kasih selalu menjadi penyemangat penulis
8. Teman-teman seperjuangan PJSD B 2020 Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, yang selalu memberikan motivasi selama perkuliahan.
9. Semua pihak yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu-satu.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapat balasan dari Allah SWT, dan Tugas Akhir Skripsi ini bisa menjadi informasi yang bermanfaat bagi pembaca maupun pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, 27 Februari 2024
Penulis

Zian Fitri Rahmalia
NIM. 20604221031

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Kajian Teori.....	8
1. Hakikat Kemampuan Motorik.....	8
2. Hakikat Ekstrakurikuler	23
3. Hakikat Permainan Bola Voli.....	26
B. Hasil Penelitian yang relevan	32
C. Kerangka Pikir.....	34
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Jenis Penelitian	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel Penelitian	37
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian	38
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	39

F. Teknik Analisis Data	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Hasil Penelitian	47
B. Pembahasan	57
C. Keterbatasan Penelitian	60
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	61
A. Simpulan.....	61
B. Implikasi.....	61
C. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	66

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rincian Sampel Penelitian	38
Tabel 2. Norma Penilaian.....	45
Tabel 3. Deskriptif Statistik Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	48
Tabel 4. Norma Penilaian Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	48
Tabel 5. Deskriptif Statistik Koordinasi Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	50
Tabel 6. Norma Penilaian Koordinasi Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	50
Tabel 7. Deskriptif Statistik Keseimbangan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	52
Tabel 8. Norma Penilaian Keseimbangan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	52
Tabel 9. Deskriptif Statistik Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	54
Tabel 10. Norma Penilaian Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	54
Tabel 11. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan.....	56
Tabel 12. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan.....	56

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Service Bawah</i>	28
Gambar 2. <i>Service Atas</i>	29
Gambar 3. <i>Passing Bawah</i>	29
Gambar 4. <i>Passing Atas</i>	30
Gambar 5. <i>Smash</i>	31
Gambar 6. <i>Blocking</i>	31
Gambar 7. Kerangka Pikir.....	36
Gambar 8. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	49
Gambar 9. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Koordinasi Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	51
Gambar 10. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Keseimbangan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	53
Gambar 11. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	55
Gambar 12. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan	57

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pembimbing TAS	67
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	68
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian	69
Lampiran 4. Dokumentasi Penelitian	70
Lampiran 5. Data Penelitian.....	75
Lampiran 6. Kartu Bimbingan	78

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan sangat berpengaruh terhadap kehidupan manusia. Dengan pendidikan, seseorang dapat mengembangkan kognitif, psikomotorik, dan afektif dengan teori dan ilmu yang ada. Pendidikan merupakan usaha yang terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara efektif dapat mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara (Undang-undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional). Pendidikan dapat mengembangkan potensi yang dimiliki oleh peserta didik. Potensi tersebut akan diarahkan melalui pendidikan supaya peserta didik dapat mengontrol potensi tersebut. Pendidikan memiliki tujuan, salah satu tujuan pendidikan adalah dengan pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan proses perubahan tingkah laku dan sikap kelompok atau seseorang, dalam usaha mendewasakan peserta didik melalui upaya pelatihan dan pengajaran yang baik (Septyaning dan Puspodari, 2019, p. 1). Pendidikan jasmani mengajarkan mengenai pola gerak dasar, terutama dalam jenjang pendidikan sekolah dasar. Pola gerak dasar dapat diamati dari aktivitas lokomotor seperti berjalan, berlari, melompat, dan meloncat; aktivitas non lokomotor seperti memutar badan,

meliuk-liukan badan, meregangkan badan; dan aktivitas manipulatif seperti menendang bola, lempar bola. Pola gerak dasar tersebut dapat mengembangkan kemampuan motorik peserta didik.

Kemampuan motorik merupakan kemampuan-kemampuan kinerja seseorang yang dipengaruhi oleh faktor-faktor kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan koordinasi, maka dari itu akan lebih mempermudah dalam melaksanakan kemampuan (Sepriadi, 2017, p. 197). Kemampuan motorik yang dimiliki peserta didik usia sekolah dasar dapat membantu kesehariannya dalam melakukan aktivitas. Selain itu, peserta didik yang mempunyai kemampuan motorik yang tinggi, akan menguntungkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Terdapat 2 (dua) jenis motorik yaitu motorik kasar dan motorik halus (Sukanti 2018, p. 67). Motorik halus digunakan untuk melakukan aktivitas kecil seperti menulis dan menggambar. Sedangkan otot-otot besar sering digunakan dalam motorik kasar seperti aktivitas melompat, menendang, dan berlari. Kegiatan tersebut bekerja menggunakan otot yang. Melalui pendidikan jasmani (penjas) peserta didik akan dapat meningkatkan kemampuan motoriknya. Melalui penjelasan di atas, motorik kasar sangat berpengaruh terhadap keterampilan peserta didik dalam melakukan aktivitas fisik. Ekstrakurikuler olahraga juga membutuhkan kemampuan motorik kasar yang baik.

Ekstrakurikuler bertujuan untuk mengembangkan minat bakat yang dimiliki oleh peserta didik. Peserta didik yang mempunyai kemampuan di luar bidang akademik dapat mendalami kemampuan tersebut dalam

kegiatan ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler dalam sekolah ada beberapa bidang misalnya bidang seni dan bidang olahraga. Dalam bidang ekstrakurikuler olahraga, selain memperdalam minat bakat peserta didik juga dapat mengembangkan suasana menyenangkan, rileks, dan bahagia. SDN Purworejo Sawungan Sleman memiliki beberapa kegiatan ekstrakurikuler. Salah satunya adalah bola voli, yang merupakan salah satu ekstrakurikuler dalam bidang olahraga. Bola voli dalam kegiatan ekstrakurikuler sangat berpengaruh terhadap motorik peserta didik. Karena dalam kegiatan ini, peserta didik akan diajarkan lebih mengenai fisik dan teknik dasar bola voli yang akan membutuhkan kemampuan motorik dari peserta didik tersebut. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di kegiatan intrakurikuler, peserta didik hanya melakukan permainan bola voli secara singkat, jadi motorik yang digunakan tidak terlalu besar dibandingkan kegiatan ekstrakurikuler bola voli.

Kegiatan ekstrakurikuler bola voli perlu adanya kondisi fisik yang baik. Kondisi ini akan berkesinambungan dengan kemampuan biomotor. Biomotor yang bermula dari kata bio (tubuh) dan motor (gerak) sehingga biomotor adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan gerak (Mintarto, 2019, p. xiii). Jadi kemampuan biomotor adalah kemampuan gerak dasar manusia dalam melaksanakan aktivitas. Menurut Bompas dalam Mintarto (2019) komponen dasar kemampuan biomotorik yaitu: daya tahan (*endurance*), kekuatan (*strength*), koordinasi (*coordination*), kecepatan (*speed*), dan kelentukan (*flexibility*). Selain komponen dasar, juga ada

komponen tambahan dalam biomotorik seperti kelincuhan (*agility*) yaitu gabungan dari kecepatan dan koordinasi. Power juga merupakan komponen biomotorik yang tersusun dari kecepatan dan kekuatan.

Dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan akan ada program latihan yang dimana terdiri dari pemanasan, inti, dan penutup. Kegiatan pemanasan membutuhkan komponen biomotorik daya tahan seperti lari bolak-balik yang dimana pemanasan ini akan bermanfaat bagi kegiatan inti selanjutnya. Selain daya tahan, kelincuhan (*agility*) dan kecepatan (*speed*) juga ada dalam kegiatan pemanasan ekstrakurikuler bola voli. Bentuk kegiatannya seperti melompati dan meloncati *ladder drills* yang bervariasi. Pemanasan dalam ekstrakurikuler SDN Purworejo Sawungan juga diselingi dengan kegiatan bermain. Supaya peserta didik tidak merasa bosan dengan kegiatan ekstrakurikuler bola voli ini. Pada dasarnya peserta didik sekolah dasar sangat senang jika bermain. Dengan bermain peserta didik tidak merasa jenuh dan tujuan dari pelatihan ini tetap tercapai. Dalam kegiatan inti dan pendinginan, peserta didik ekstrakurikuler bola voli ini juga akan membutuhkan kemampuan motoriknya. Dengan memiliki kemampuan motorik yang baik, maka semakin mudah juga peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli.

Kemampuan motorik jika dikembangkan akan bermanfaat bagi peserta didik. Terutama dalam ekstrakurikuler bola voli yang dimana akan sangat membutuhkan motorik kasar yang baik. Kemampuan motorik dalam

ekstrakurikuler bola voli akan menjadikan tolak ukur keberhasilan peserta didik yang menjadi atlet dalam meraih prestasinya. Oleh karena itu dari latar belakang masalah yaitu belum diketahuinya kemampuan motorik kasar peserta didik ekstrakurikuler bola voli, maka peneliti bermaksud mengadakan penelitian mengenai tingkat kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan, Kapanewon Pakem, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Sebagian besar peserta didik ekstrakurikuler bola voli masih mengalami kesulitan dalam gerak koordinasi dalam program latihan ekstrakurikuler bola voli.
2. Sebagian besar peserta didik ekstrakurikuler bola voli masih mengalami kesulitan dalam latihan gerak kecepatan dalam program latihan ekstrakurikuler bola voli.
3. Belum diketahuinya tingkat kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan, Kapanewon Pakem, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, serta keterbatasan waktu, tenaga, biaya dan kemampuan peneliti, maka perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas.

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah mengukur Tingkat kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan, Kapanewon Pakem, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “seberapa baik kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan, Kapanewon Pakem, Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan, Kapanewon Pakem, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang ingin diharapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan kajian ilmiah bagi guru PJOK dan pelatih ekstrakurikuler yang akan mendalami mengenai perkembangan motorik kasar peserta didik.

2. Secara Praktis

a. Bagi Guru PJOK

Sebagai masukan untuk guru PJOK yang harus memperhatikan dan mengembangkan kemampuan motorik kasar pada peserta didik.

b. Bagi Pelatih Ekstrakurikuler Bola Voli

Sebagai pedoman bagi pelatih ekstrakurikuler bola voli untuk menyusun program latihan berdasarkan kemampuan motorik peserta didik.

c. Bagi Sekolah

Sebagai bahan evaluasi untuk meningkatkan proses pembelajaran terutama dalam pembelajaran pendidikan jasmani materi bola voli.

d. Bagi Peserta didik

Peserta didik peserta ekstrakurikuler bola voli dapat mengetahui kemampuan motoriknya dalam kegiatan ekstrakurikuler ini, dan membantu meningkatkan motivasi peserta didik untuk meningkatkan kemampuan motoriknya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Kemampuan Motorik

a. Pengertian Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik sangat diperlukan dalam pendidikan jasmani, terutama dalam aktivitas-aktivitas yang melibatkan gerakan tubuh menggunakan otot-otot yang besar. Aktivitas fisik yang berlangsung dalam proses belajar mengajar akan membutuhkan motorik yang baik. Alderman dalam Solissa dan Mariana (2023, p. 9), mengatakan bahwa kemampuan motorik merupakan kapasitas seseorang dilihat dari daya fisik dan fisik yang mengacu kepada otot. Selain itu kemampuan motorik bermula dari bahasa Inggris yaitu *motor ability*. Gerak adalah suatu kegiatan yang sangat penting bagi makhluk hidup karena dengan gerak, makhluk hidup dapat mencapai tujuannya (Sukamti, 2018, p. 45).

Kemampuan motorik menurut Sukadiyanto dalam Sepriadi (2017, p. 197) mengatakan bahwa “kemampuan motorik merupakan kemampuan seseorang dalam memperlihatkan keterampilan gerak yang lebih luas serta diperjelas bahwa kemampuan motorik merupakan suatu kemampuan umum yang berkaitan dengan penampilan berbagai keterampilan atau tugas gerak”. Kemampuan motorik adalah kapasitas dari seseorang yang berhubungan dengan pelaksanaan dan peragaan

suatu keterampilan yang relatif melekat (Sriwahyuniati, 2017, p. 36). Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik adalah kemampuan-kemampuan untuk melakukan gerak fisik yang dimiliki oleh manusia. Kemampuan motorik ini yang nantinya akan mempermudah manusia dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

b. Unsur Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik yang dimiliki oleh seseorang itu berbeda-beda, tergantung aktivitas yang telah dilakukan dari kecil sampai saat ini. Kemampuan motorik memiliki beberapa unsur yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik seseorang. Menurut Mutohir dan Gusril dalam Farida (2016, p. 6) mengatakan bahwa unsur-unsur keterampilan motorik diantaranya yaitu:

- 1) Kekuatan (*strenght*) adalah tenaga yang ditimbulkan oleh sekelompok otot-otot. Kekuatan otot besar dan kecil harus dimiliki oleh anak sejak usia dini, jika anak tidak memiliki kekuatan otot yang baik, maka anak tidak dapat melaksanakan aktivitas dengan maksimal.
- 2) Koordinasi (*coordination*) merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan yang menggunakan beberapa indra. Contoh aktivitasnya adalah satu tugas kompleks. Contoh: ketika anak menendang maka harus ada koordinasi kaki dan mata, dan keterlibatan anggota seluruh tubuh yang lain.

- 3) Kecepatan (*speed*) merupakan jarak yang ditempuh dalam waktu sesingkat-singkatnya.
- 4) Kelincahan (*agility*) merupakan kemampuan seseorang yang dapat mengubah posisi dan arah tubuh dengan tepat dan cepat pada waktu bergerak dari titik satu ke titik yang lain. Gerakan ini sering dijumpai ketika berlari *zig-zag*.
- 5) Keseimbangan (*balance*) merupakan kemampuan seseorang untuk bisa menetapkan tubuh dalam berbagai posisi. Misalnya berdiri menggunakan satu kaki, berjalan di satu garis, bisa melakukan sikap pesawat terbang.

Selaras yang dikatakan oleh Yanuar dalam Solissa dan Mariana (2023, p. 13) bahwa kemampuan yang terdapat dalam unsur kemampuan motorik dapat dirangkum menjadi lima komponen, yaitu keseimbangan, kelincahan, kecepatan, kekuatan, dan koordinasi,”. Dengan demikian, berdasarkan penjelasan di atas, bisa disimpulkan bahwa unsur kemampuan motorik dapat mempengaruhi kemampuan motorik yang dimiliki oleh seseorang. Terutama dalam mengembangkan motorik anak usia sekolah dasar. Unsur – unsur yang disebutkan oleh para ahli seperti kelincahan (*agility*), kecepatan (*speed*), koordinasi (*coordination*), keseimbangan (*balance*), dan kekuatan (*strength*) merupakan komponen dasar untuk melakukan gerakan dengan terampil.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi motorik

Kemampuan motorik dapat dipengaruhi oleh beberapa keadaan. Kemampuan motorik memiliki faktor-faktor yang dapat mempengaruhinya. Menurut Hustarda dan Saputra dalam Fulana (2022) faktor internal dan faktor eksternal merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik. Pengaruh internal adalah pengaruh yang diterima oleh anak, yang diawali sejak anak masih dalam kandungan ibunya. Oleh karena itu, kondisi ibu yang sedang mengandung janin akan berpengaruh terhadap kemampuan motorik bayi (janin) yang didalamnya. Ibu yang sedang mengandung diusahakan harus memiliki keadaan yang sehat, jika kondisi ibu buruk, maka akan berpengaruh terhadap janin yang dikandungnya. Pengaruh eksternal terjadi karena pengaruh dari lingkungan yaitu faktor-faktor: aktivitas fisik, status gizi, keturunan, kecenderungan sekuler, suku bangsa, keadaan sosial ekonomi, keadaan psiko-sosial, dan sistem kelenjar hormon pertumbuhan. Lingkungan yang berada di sekitar anak, membuat kemampuan motorik anak berbeda-beda. Misalnya anak memiliki keluarga yang harmonis dan baik. Maka anak akan lebih suka bergerak dan termotivasi karena dukungan dari orang tua yang sangat baik (motivasi eksternal).

Menurut Sukamti (2018, pp. 37-38), ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik:

- 1) Sifat dasar genetik, sifat ini tergolong kecerdasan dan pola tubuh memiliki pengaruh yang menonjol terhadap peningkatan perkembangan motorik.
- 2) Kondisi pasca lahir. Cepatnya perkembangan motorik anak dipengaruhi oleh aktifnya anak.
- 3) Kondisi pra lahir, Gizi seorang ibu sangat penting dan membuat perkembangan motorik anak lebih cepat. Keadaan senang yang dirasakan oleh ibu hamil juga berpengaruh terhadap janin.
- 4) Kerusakan pada otak bisa menjadi perkembangan motorik melambat.
- 5) Jika tidak adanya gangguan lingkungan, perkembangan motorik dapat cepat karena anak mendapatkan gizi dan kesehatan yang baik setelah lahir.
- 6) IQ dapat mempengaruhi perkembangan anak. Anaknya dengan IQ rendah menunjukkan perkembangan yang lebih lambat dibandingkan anak yang memiliki IQ tinggi.
- 7) Keinginan untuk melakukan gerak dan memanfaatkan kesempatan untuk melakukan gerak akan membuat perkembangan motorik semakin cepat.
- 8) Perlindungan sangat penting bagi setiap anak, namun jika perlindungan terlalu berlebihan, maka yang akan terjadi pada anak adalah kurangnya kesiapan dalam berkembangnya kemampuan motorik.

- 9) Dorongan dan motivasi dari orang tua sangat menguntungkan anak dalam mengembangkan perkembangan motorik anak.
- 10) Kelahiran sebelum waktunya (prematur), terdapat perbedaan anak lahir sebelum waktunya dan lahir normal. Jika kondisi ini terjadi maka perkembangan motorik akan lebih lambat dibandingkan anak lahir dengan waktunya yang tepat.
- 11) Berkebutuhan khusus, keadaan ini akan membuat keadaan anak menjadi terhambat. Contohnya seperti tunarungu, tuna netra, dan autisme.
- 12) Perbedaan warna kulit, jenis kelamin, dan sosial ekonomi terdapat perbedaan motivasi dan pelatihan dibandingkan dengan anak karena perbedaan bawaan.

Berdasarkan kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik memiliki 2 (dua) faktor, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor internal merupakan faktor yang terjadi sebelum anak lahir atau masih dalam kandungan. Faktor internal ini dapat dilihat melalui dalam diri seorang anak tersebut. Misalnya seperti motivasi yang dimilikinya dan juga bentuk tubuh. Kemudian faktor eksternal merupakan pengaruh dari lingkungan. Lingkungan yang dimaksud adalah berkaitan dengan sosial misalnya keluarga dan masyarakat sekitar.

d. Fungsi kemampuan motorik

Kemampuan motorik sangat berguna bagi seseorang dalam kesehariannya, terutama dalam beraktivitas. Kemampuan motorik terlihat pada saat seseorang melakukan kegiatan fisik. Menurut Sukamti (2018, p. 64) fungsi kemampuan motorik kasar diantaranya: (a) kemampuan membantu diri sendiri (*self-help*), (b) kemampuan gerak dalam bermain (c) kemampuan membantu dalam masyarakat, dan (d) kemampuan pada saat sekolah. Keterampilan motorik, menggambarkan seseorang melakukan kegiatan untuk membantu aktivitas maupun pekerjaan yang terjadi dalam aktivitas sehari-hari. Misalnya dalam aktivitas mandi dalam katagori kemampuan bantu diri. Dalam aktivitas tersebut seseorang perlu memiliki kemampuan motorik. Menurut Saputra & Rudyanto dalam Alan (2020, p. 15) beberapa fungsi kemampuan motorik kasar yaitu: (a) Kesehatan fisik dan psikis pada anak, (b) Melatih daya ingat dan pikir otak anak, (c) Memperkuat keadaan tubuh anak, (d) Meningkatkan perkembangan bermasyarakat anak, (e) dan, Menumbuhkan perasaan yang gembira.

Pendapat di atas juga berbeda dengan apa yang dikatakan oleh Trilistiyani dalam Fulana (2022, p. 19) fungsi kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kemampuan dan kecakapan pada individu yang bermaksud untuk meninggikan daya kerja. Fungsi kemampuan motorik dapat dilihat ketika individu dapat melakukan ataupun menyelesaikan aktivitas tersebut. Individu yang memiliki kemampuan motorik yang baik, maka dalam melakukan aktivitas tidak mengalami kesulitan yang berlebih. Dari beberapa

pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik memiliki beberapa fungsi yaitu: (a) kemampuan membantu diri sendiri (*self-help*), (b) kemampuan gerak dalam bermain (c) kemampuan membantu dalam masyarakat, dan (d) kemampuan pada saat sekolah, (e) Kesehatan fisik dan psikis pada anak, (f) Melatih daya ingat dan pikir otak anak, (g) Memperkuat keadaan tubuh anak, (h) Meningkatkan perkembangan bermasyarakat anak, (i) dan, Menumbuhkan perasaan yang gembira. Individu yang memiliki pengalaman dan kemampuan gerak yang sempurna akan dapat lebih mudah untuk menyelesaikan aktivitas yang sedang dilakukan.

e. Jenis-jenis kemampuan motorik

Kemampuan motorik merupakan kemampuan individu untuk melakukan aktivitas secara sadar, tidak sadar, maupun spontan. Kemampuan motorik berkembang menjadi 2 (dua) jenis yaitu motorik halus dan motorik kasar.

1) Motorik Halus

Motorik halus (*fine motor skill*) merupakan kemampuan individu untuk menggerakkan otot-otot kecil dan tersusun menjadi sebuah gerakan. Menurut Khadijah & Nurul (2020, p. 29) keterampilan motorik halus adalah keterampilan seseorang dalam melakukan gerak yang dihasilkan oleh pengontrolan otot-otot kecil. (Sukamti 2018, p. 67) menjelaskan bahwa motorik halus menggerakkan keadaan seorang anak yang beraktivitas menggunakan otot-otot kecil (halus). Secara umum keterampilan motorik halus meliputi gabungan gerakan tangan

dan mata keterampilan ini membutuhkan kejelian yang sangat tinggi. Contoh motorik halus adalah: melukis, mengetik, meremas, dan mengancingkan baju. Kemampuan motorik halus merupakan kemampuan untuk menggerakkan anggota tubuh. Beberapa anggota yang terlibat adalah otot, saraf, dan tulang, yang digunakan untuk melakukan aktivitas tertentu. (Aguss, 2021, p. 25). Dari beberapa penjelasan di atas, motorik halus merupakan keadaan seseorang dalam melakukan kegiatan yang menggunakan otot-otot halus (kecil). Motorik halus memiliki perkembangan dari usia bawah lima tahun (balita) hingga dewasa. Menurut Sukanti (2018, p. 83) pada usia 3-4 tahun anak memiliki perkembangan melakukan aktivitas menuang air dalam teko, memegang sendok dan garpu dengan cara menggenggam, dan menggunting kertas menjadi 2 (dua) bagian. Kemudian pada umur 4-5 tahun anak memiliki perkembangan melakukan aktivitas menggunting garis lurus, menggunakan rautan pensil, dan melipat kertas secara vertikal, horizontal, dan diagonal. Lalu pada usia 5-6 tahun, anak memiliki perkembangan melakukan aktivitas mengoleskan selai di atas roti dengan pisau, memasukan benang ke dalam lubang jarum, dan mengikat tali sepatu. Beberapa perkembangan motorik halus di atas menggambarkan bahwa kemampuan motorik halus dapat berkembang sesuai usia. Semakin bertambah usia, maka kemampuan motorik halus semakin terampil.

2) **Motorik Kasar**

Jika motorik halus menggunakan otot-otot kecil, maka motorik kasar (*gross motor skill*) merupakan kemampuan individu untuk melakukan gerak menggunakan otot-otot besar. Menurut Khadijah & Nurul (2020, p. 29) keterampilan motorik kasar adalah kemampuan yang mengedepankan koordinasi yang baik dalam setiap aktivitas (gerakan), dan motorik kasar ini menggunakan otot-otot besar. Gerakan motorik kasar bisa dikategorikan menjadi 3 (tiga) yaitu non lokomotor, lokomotor, dan manipulatif. Non lokomotor adalah gerakan yang tidak berpindah tempat contohnya seperti meliuk-liukan badan dan membungkuk. Locomotor merupakan gerakan yang berpindah tempat contohnya seperti berlari, berjalan, meloncat, dan melompat. Kemudian gerak manipulatif merupakan gerak yang menggunakan alat contohnya seperti memukul bola, menendang bola, dan melempar bola. Motorik kasar digambarkan sebagai gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau seluruh anggota tubuh atau sebagian besar yang berhubungan dengan kematangan anak itu sendiri (Hidayanti, 2013, p. 196).

Menurut beberapa pendapat dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan motorik memiliki 2 (dua) jenis, yaitu motorik halus dan motorik kasar. Motorik halus merupakan kemampuan individu untuk melakukan gerak yang menggunakan otot-otot kecil. Sedangkan motorik kasar merupakan kemampuan individu untuk melakukan gerak menggunakan otot-otot besar. Aktivitas yang menggunakan motorik halus mengikat tali sepatu,

menggunting kertas, berwudhu, dan menuang air ke dalam gelas. Kemudian aktivitas yang menggunakan motorik kasar adalah mengendarai sepeda, berdiri mengangkat satu kaki, dan berjinjit.

f. Perkembangan motorik kasar

Setiap makhluk hidup di dunia akan mengalami perkembangan dalam hidupnya. Perkembangan adalah proses beberapa perubahan yang dialami oleh seseorang ke arah tingkat kematangan yang terjadi secara sistematis (Sukamti, 2018, p. 3). Individu yang mengalami perkembangan tidak pernah berhenti dan akan terus menerus berkembang. Semakin bertambah usia seorang anak, maka akan terus berkembang motorik kasarnya. Perkembangan motorik adalah perkembangan tubuh yang mencetuskan suatu gerakan. “Gerakan merupakan suatu kegiatan yang dilahirkan oleh tubuh menggunakan koordinasi antara otot dan saraf” (Khadijah & Nurul 2020, pp. 13-14). Motorik kasar sering dikaitkan dengan kegiatan individu yang melakukan aktivitas jasmani. misalnya berlari, menendang, memukul, menggiring dan lain sebagainya. Dalam perkembangan motorik kasar anak usia 3-4 tahun, sudah dapat melakukan kegiatan seperti berjinjit dengan tumit kaki, melompat menggunakan satu kaki, dan mengendarai sepeda roda 3 (tiga). Jika kemampuan motorik seorang anak itu baik, maka aktivitas gerak yang dilakukan dapat terselesaikan. Kemudian pada anak usia 5-6 tahun, kegiatan yang dilakukan adalah melompat menggunakan kaki bergantian, berjinjit selama 15 detik, dan menyandung sepeda roda dua (Khadijah & Nurul 2020, p. 22). Menurut Sukamti (2018, p. 83) pada umur 2-3 tahun anak

memiliki perkembangan melakukan aktivitas melompat ditempat, berjalan jinjit, dan berdiri dengan sebelah kaki. Kemudian pada umur 3-4 tahun anak memiliki perkembangan melakukan aktivitas mengendarai sepeda roda 3 (tiga), menangkap bola besar, dan melompat dengan 1 (satu) kaki. pada umur 4-5 tahun anak memiliki perkembangan melakukan aktivitas memanjat tangga-tangga di area bermain, berjalan mundur tetapi tetap seimbang, dan menuruni tangga langkah demi langkah. Kemudian pada umur 5-6 tahun anak memiliki perkembangan melakukan aktivitas berjalan mundur dengan garis yang sudah ditentukan, melompat-lompat dengan kaki yang bergantian, dan menyentuh jari kaki tanpa menekukan lutut. Beberapa penjelasan mengenai perkembangan motorik kasar di atas menunjukan bahwasannya perkembangan motorik kasar juga dapat berkembang sesuai dengan usia. Sama seperti motorik halus, semakin bertambah usia, maka kemampuan motorik anak semakin bertambah. Maka dari itu sebagai orang tua yang menjadi madrasah pertama anak, harus memantau perkembangan anak dari lahir sampai dewasa. Supaya anak dapat berkembang sesuai dengan usianya. Semakin bertambah usia anak maka keinginan atau kemampuan anak untuk melakukan gerak semakin tinggi.

Perkembangan motorik pada anak dapat didukung melalui lingkungan sekitar anak. Menurut Abdillah (2020, p. 18) faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar yaitu sebagai berikut:

1) Sistem syaraf

Sujiono dalam Gasela (2023, p. 23) menyatakan bahwa kemampuan keterampilan gerak anak dipengaruhi oleh sistem syaraf. Banyaknya kegiatan sendi gerak tubuh dapat dikontrol melalui sistem syaraf. Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sistem syaraf dapat mempengaruhi keterampilan motorik seseorang. Ketika seorang anak mendapatkan kelainan syaraf diotak maka kemungkinan perkembangan motorik kasar seorang anak tersebut dapat terganggu.

2) Usia

Kesiapan dan keterampilan menguasai tugas tertentu dapat dipengaruhi oleh usia. Semakin bertambahnya usia maka dapat mempengaruhi kemampuan anak dalam melakukan aktivitas. Pendapat tersebut sejalan dengan Rahyubi (2012, p. 226) bahwa aktivitas motorik dipengaruhi oleh usia. Semakin bertambahnya usia, maka seorang anak akan menerima kemampuan motorik lebih banyak (Abdillah, 2020, p. 19). Maka dari itu usia sangat mempengaruhi motorik kasar.

3) Kondisi fisik

Ketika seseorang mengalami cacat fisik, maka hal itu dapat memperlambat perkembangan motorik kasar anak tersebut. Dapat diartikan bahwa perkembangan motorik kasar dapat dipengaruhi oleh keadaan kondisi fisik seseorang, misalnya anak yang hanya mempunyai satu tangan cenderung sulit melakukan gerakan yang berakibat tidak banyak bergerak. Menurut Thelen dalam (Abdillah, 2020, p. 20) bahwa

kondisi fisik merupakan hal yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik, tidak hanya dipengaruhi oleh kematangan saja. Ketika seseorang memiliki kondisi yang normal, maka dalam melakukan gerak, lebih banyak bergerak dan dapat menyelesaikan gerakan tersebut. Namun ketika seseorang memiliki kondisi fisik yang tidak normal, maka akan lebih sulit untuk menyelesaikan gerakan tersebut.

4) Lingkungan

Menurut Sujiono dalam Gasela (2023, p. 25) bahwa lingkungan mempengaruhi perkembangan motorik kasar. Keadaan ini terjadi karena rangsangan dari lingkungan luar, contohnya adalah sarana dan prasarana yang memadai, menarik, dan unik, maka anak menjadi penasaran dan akan bergerak menuju ke arah benda tersebut (sarana dan prasarana). Pada saat sarana prasarana dalam pembelajaran maupun ekstrakurikuler memadai. Maka peserta didik dapat melakukan lebih banyak gerak. Sarana prasarana merupakan salah satu masalah pendidikan di Indonesia. Sering dijumpai sarana prasarana di sekolah dasar kurang memadai. Padahal lingkungan sangat mempengaruhi kemampuan motorik kasar seseorang.

5) Motivasi

Mengatasi masalah dan tantangan dalam kehidupan seseorang dapat dihadapi dengan adanya motivasi. Hal tersebut akan melahirkan keinginan seseorang untuk berprestasi. Pendapat ini selaras dengan Rahyubi (2012, p. 226) bahwasannya prestasi dapat diraih jika

seseorang memiliki motivasi yang kuat dan tinggi untuk menguasai kemampuan motorik. Ketika seseorang mendapatkan motivasi internal maupun eksternal. Maka dirinya akan merasa semangat lagi untuk melakukan motorik. Sama halnya saat seorang atlet memiliki motivasi yang tinggi untuk juara, maka dia akan berusaha semaksimal mungkin untuk berhasil dengan cara latihan yang rutin dan menjalankan program latihan dari pelatihnya..

6) Jenis kelamin

Laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan penampilan motoriknya. Anak laki-laki terlihat lebih kuat dalam melakukan gerakan dibandingkan dengan anak perempuan. Pendapat tersebut didukung oleh Rahyubi (2012, p. 226) bahwa jenis kelamin mempengaruhi perkembangan motorik. Pendapat di atas memiliki persamaan bahwasannya seorang laki-laki lebih kuat dalam gerakan fisiknya dibandingkan seorang perempuan. Dan dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin dapat mempengaruhi motorik kasar seseorang.

Pendapat di atas merupakan pengaruh dalam perkembangan motorik kasar. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar seseorang berlangsung jika terdapat faktor internal maupun faktor eksternal.

2. Hakikat Ekstrakurikuler

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Pendidikan, terbagi menjadi 3 (tiga) jalur yaitu formal, nonformal, dan informal. Pendidikan formal dibagi lagi menjadi kokurikuler, intrakurikuler, dan ekstrakurikuler. Kegiatan intrakurikuler terdapat dalam sekolah karena yang dimaksud kegiatan ini adalah adanya interaksi antara peserta didik dan guru dalam proses belajar mengajar sesuai mata pelajaran dalam pendidikan. Mata pelajaran dalam kegiatan ini seperti matematika, pendidikan jasmani, bahasa Indonesia, dan lain sebagainya. Kegiatan koorkurikuler merupakan kegiatan untuk mendalami mata pelajaran dalam kegiatan intrakurikuler. Jadi ada jam tambahan untuk mengajarkan kepada peserta didik mengenai materi yang sudah diajarkan dalam kegiatan intrakurikuler, kegiatan ini bisa disebut les mata pelajaran. “Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam sekolah yang bertujuan untuk mawadahi dan mengembangkan minat, potensi, dan bakat peserta didik” (Wibowo dan Fitria, 2015, p. 2).

Sejalan yang dikatakan Mahfud, dkk. (2020, p. 57) “ekstrakurikuler adalah aktivitas pendidikan non-pelajaran formal disekolah yang pada dasarnya dilaksanakan di luar jam belajar yang sejalan dengan kurikulum pendidikan”. Kegiatan ekstrakurikuler bertujuan untuk mengembangkan bakat dan minat peserta didik. Jika peserta didik memiliki kemampuan dalam olahraga, seni, bahasa, dan

lain sebagainya, maka dari itu peserta didik dapat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang ditawarkan oleh sekolah.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan wadah aktivitas peserta didik dalam memperdalam minat dan bakat yang dimilikinya.

b. Prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler

Menurut Wibowo dan Fitria (2015) kegiatan ekstrakurikuler olahraga memiliki prinsip-prinsip dalam penerapannya. Berikut urainnya:

1) Individual

Prinsip ini merupakan salah satu prinsip kegiatan ekstrakurikuler. Jadi dalam prinsip ini adalah kegiatan dari ekstrakurikuler yang dilaksanakan sesuai dengan potensi, minat, dan bakat peserta didik.

2) Pilihan

Pilihan menjadi prinsip kegiatan ekstrakurikuler olahraga, karena peserta didik dapat menentukan ekstrakurikuler olahraga sesuai dengan pilihannya (sukarela) tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

3) Keterlibatan Aktif

Keterlibatan aktif merupakan salah satu kegiatan Kegiatan ekstrakurikuler menuntut keterlibatan aktif dari peserta didik. Selain itu juga menuntut keikutsertaan peserta didik secara penuh dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

4) Menyenangkan

Kegiatan ini dapat diikuti oleh peserta didik tanpa paksaan. Maka dari itu hal ini dapat menyebabkan peserta didik senang dan gembira.

5) Etos Kerja

Pada saat sekolah (SD, SMP, SMA) kegiatan ekstrakurikuler sebagai wadah mengembangkan potensi peserta didik. Ekstrakurikuler olahraga ini dapat mencapai prestasi puncak. Etos kerja perlu dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga, supaya dapat membangun semangat peserta didik untuk berlatih dengan baik untuk mencapai tujuan.

6) Kemanfaatan Sosial

Kemanfaat sosial ini dapat dijumpai ketika peserta didik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Contohnya ketika ada kegiatan sosial, peserta kegiatan ekstrakurikuler olahraga membantu kegiatan tersebut.

Hal serupa yang dikatakan oleh Santoso & Pambudi (2016, p. 87) menjelaskan tentang prinsip dalam kegiatan ekstrakurikuler yaitu:

- 1) Individual, prinsip ini menjelaskan mengenai potensi, bakat, dan minat peserta didik harus disesuaikan dengan kegiatan ekstrakurikuler yang dipilihnya.

- 2) Pilihan, prinsip ini menggambarkan setiap keinginan dan sukarela peserta didik untuk memilih kegiatan ekstrakurikuler.
- 3) Keterlibatan aktif, adalah prinsip yang menjelaskan mengenai peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dapat mengikuti secara lengkap.
- 4) Menyenangkan, merupakan prinsip kegiatan ekstrakurikuler dengan kondisi yang menyenangkan.
- 5) Etos kerja, merupakan prinsip yang mendorong peserta didik untuk lebih semangat ketika berlatih.
- 6) Kemanfaatan sosial, adalah peserta ekstrakurikuler yang berguna bagi keadaan lingkungan sekitar.

Dari beberapa pendapat di atas, kegiatan ekstrakurikuler memiliki enam (6) prinsip yaitu: pilihan, individual, keterlibatan aktif, menyenangkan, kemanfaatan sosial, dan etos kerja.

3. Hakikat Permainan Bola Voli

a. Pengertian bola voli

Permainan bola voli adalah permainan yang menyebarluas di daerah Indonesia. Permainan ini bisa dimainkan oleh kalangan usia dari anak-anak hingga dewasa. Bola voli merupakan permainan yang terdiri atas dua regu yang beranggotakan enam (6) pemain, permainan ini diawali dengan memukul bola yang melewati atas net supaya mendapatkan angka (servis) (Muslimin, dkk., 2021, pp. 3-4). Motivasi sangat diperlukan dalam permainan bola voli, supaya peserta didik

dapat maksimal dan berkembang dengan baik, terutama anak-anak usia sekolah, dan pada usia tersebut permainan bola voli merupakan materi bola voli mini pada sekolah (Rithaudin & Hartati, 2016, p. 52). Permainan bola voli merupakan permainan regu yang beranggotakan 6 orang, tujuan dari permainan bola voli ini adalah mematikan bola di daerah lawan (Destriana, dkk., 2021, p. 115). Pendapat Guntur, dkk (2014, p. 18) permainan net (*net games*) juga termasuk dalam pembelajaran sekolah dasar, pemain saling berhadapan di depan net dan melakukan permainan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas bola voli adalah permainan *net games* yang dilakukan oleh 2 (dua) tim yang terdiri dari enam (6) orang per tim, tujuan permainan ini adalah menjatuhkan bola di daerah lawan.

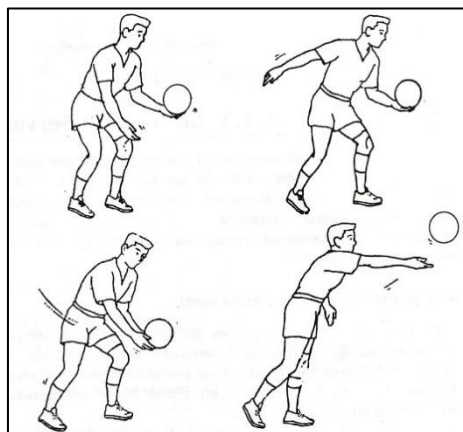
b. Gerak dasar dalam permainan bola voli

Permainan bola voli tidak akan berjalan jika pemainnya tidak menguasai gerak dasar bola voli. Gerak dasar dalam permainan bola voli sangat penting untuk menjalankan permainan bola voli dengan sempurna. Irwanto & Nuriawan (2021, p. 3) permainan bola voli memiliki beberapa teknik dasar diantaranya; *passing*, servis, *smash* dan *blocking*. Menurut Dwi dan Endang dalam Raka (2023, p. 28) teknik dasar bola voli yang menjadi dasar yaitu:

1) *Service*

Service merupakan sebuah tepakan bola yang dilaksanakan dibelakang garis belakang lapangan (daerah *service*), *service* ini harus melewati atas net dan masuk ke daerah lawan. Pukulan *service* dilakukan pada permukaan dan setelah terjadinya setiap kesalahan. *Service* dibagi menjadi 2 (dua) jenis yaitu *service* bawah dan *service* atas. Pukulan *service* yang keras dapat menjadi ancaman bagi lawan.

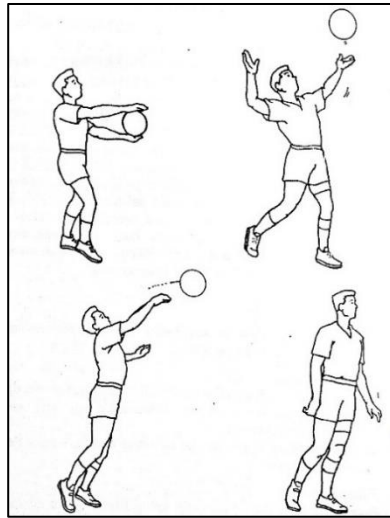
Gambar 1. *Service* Bawah.



(Sumber: Beutelstahl (2015, p. 10))

Service merupakan pukulan awal pada saat pertandingan voli dimulai. Teknik dasar *service* sangat penting dalam permainan bola voli. Karena jika tidak ada *service* maka permainan dianggap tidak sah. Semua pemain harus bisa melakukan *service* karena setiap pemain akan mendapat gilirannya.

Gambar 2. *Service Atas*

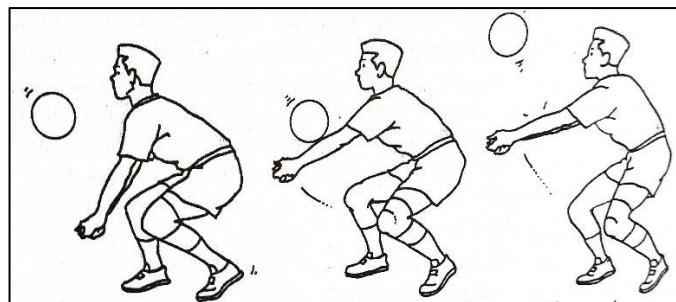


(Sumber: Beutelstahl (2015, p. 12))

2) *Passing*

Passing adalah usaha seorang pemain dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu, passing ini sebagai langkah awal untuk merangkai pola serangan kepada tim lawan, tujuan dari passing ini untuk mengoper bola kepada teman secepatnya untuk dimainkan lagi di lapangan daerah sendiri.

Gambar 3. *Passing Bawah*

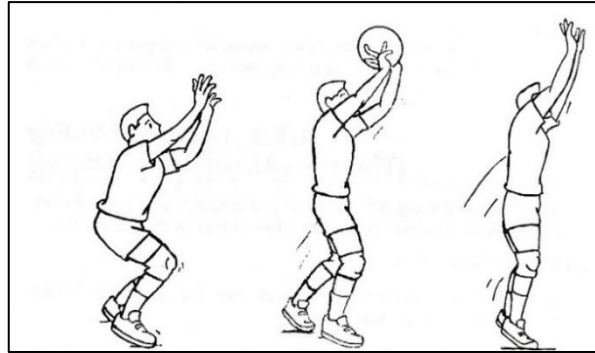


(Sumber: Beutelstahl (2015, p. 36))

Passing dalam permainan bola voli amat berpengaruh. Karena dengan teknik ini pemain dapat menerima bola dan

mengontrol bola. *Passing* bola voli dibagi menjadi 2 (dua) yaitu *passing* atas dan *passing* bawah.

Gambar 4. *Passing* Atas

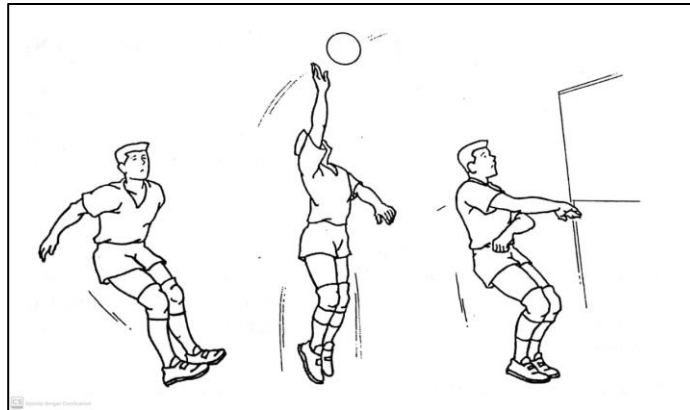


(Sumber: Beutelstahl (2015, p. 22))

3) *Smash*

Smash merupakan tindakan memukul bola yang menggunakan gerak dasar supaya bola dapat jatuh di lapangan lawan. Harapan pemain adalah meraih poin dengan cara hasil pukulan bola yang keras tidak dibendung oleh tim lawan. Keadaan ini terjadi ketika mendapatkan umpan (*passing*) dari teman tim yang melambung di atas net, kemudian *smash* bisa dapat dilakukan. Teknik *smash* merupakan pukulan keras yang biasanya sering mendapatkan poin.

Gambar 5. *Smash*

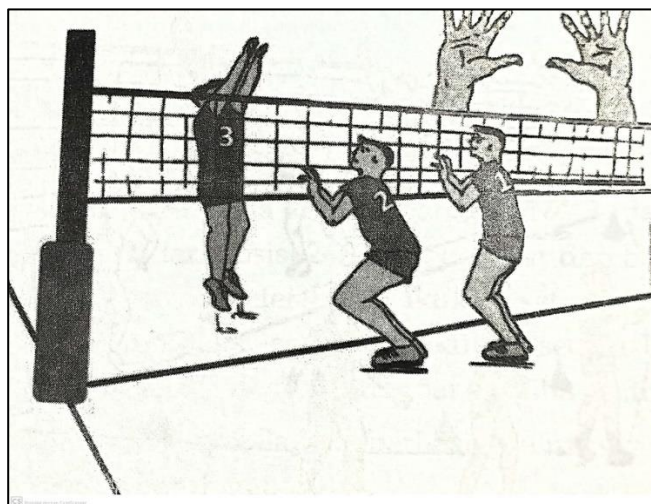


(Sumber: Beutelstahl (2015, p. 29))

4) *Blocking/Membendung*

Membendung bola memiliki 2 (dua) jenis yaitu *blocking* ganda dan *blocking* tunggal. Bendungan tunggal dilakukan dengan cara membendung hanya dengan 1 (satu) pemain saja. Bendungan ganda, terlihat dari namanya ganda yang berartikan 2 (dua) maka bendungan ini dilakukan oleh 2 (dua) orang atau lebih.

Gambar 6. *Blocking*



(Sumber: Rohendi & Suwandar (2017, p. 131))

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik atau gerak dasar bola voli memiliki 4 (empat) keterampilan yang paling dasar yaitu *passing*, *service*, *smash*, dan *blocking*. Keterampilan ini sangat perlu dikuasai oleh pemain bola voli. Ketika pemain tidak menguasai keterampilan tersebut maka permainan ini tidak akan berjalan dengan sempurna.

B. Hasil Penelitian yang relevan

Penelitian yang relevan memiliki manfaat sebagai acuan seorang penulis supaya penelitian yang sedang berlangsung menjadi lebih terarah. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Lanang Damar Samodro (2023) yang berjudul: Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Kelas Atas di SDN Pucung Imogiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bola voli kelas atas di SDN Pucung Imogiri. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola voli kelas atas di SDN Pucung Imogiri yang berjumlah 31 peserta didik. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah *Test Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi tes lari cepat 30 meter, tes kelincaran *shuttle-run* 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *Stork Stand*

Positional Balance. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bola voli putra kelas atas di SDN Pucung Imogiri berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “kurang” sebesar 41,18% (7 peserta didik), “cukup” sebesar 29,41% (5 peserta didik), “baik” sebesar 23,53% (4 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 5,88% (1 peserta didik). (2) Kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bola voli putri kelas atas di SDN Pucung Imogiri berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 7,14% (1 peserta didik), “kurang” sebesar 14,29% (2 peserta didik), “cukup” sebesar 50,00% (7 peserta didik), “baik” sebesar 21,43% (3 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 7,14% (1 peserta didik).

2. Penelitian yang dilakukan oleh Gilang Nugroho (2022) yang berjudul: Tingkat kemampuan Motorik Peserta didik Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri 1 Karangturi Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri 1 Karangturi Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang menggunakan metode survei. Populasi penelitian adalah peserta didik kelas IV, V dan VI SDN 1 Karangturi, yang berjumlah 35 peserta didik dengan menggunakan teknik sampling jenuh. Instrumen yang digunakan

adalah *Motor Ability Test* dari Nurhasan (2004, p. 6.6) dengan reliabilitas sebesar 0,93 dan validitasnya sebesar 0,87 yang terdiri dari: Tes *Shuttle Run* 4x10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *Stork Stand Positional Balance*, dan tes lari cepat 30 meter. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase yang terbagi dalam lima kategori yaitu kurang sekali, kurang, sedang, baik, dan sangat baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik kelas atas SDN 1 Karangturi terdapat 3 peserta didik (9%) dengan kategori kurang sekali, 7 peserta didik (20%) dengan kategori kurang, 16 peserta didik (46%) dengan kategori sedang, 5 peserta didik (14%) dengan kategori baik, 4 peserta didik (11%) dengan kategori sangat baik.

C. Kerangka Pikir

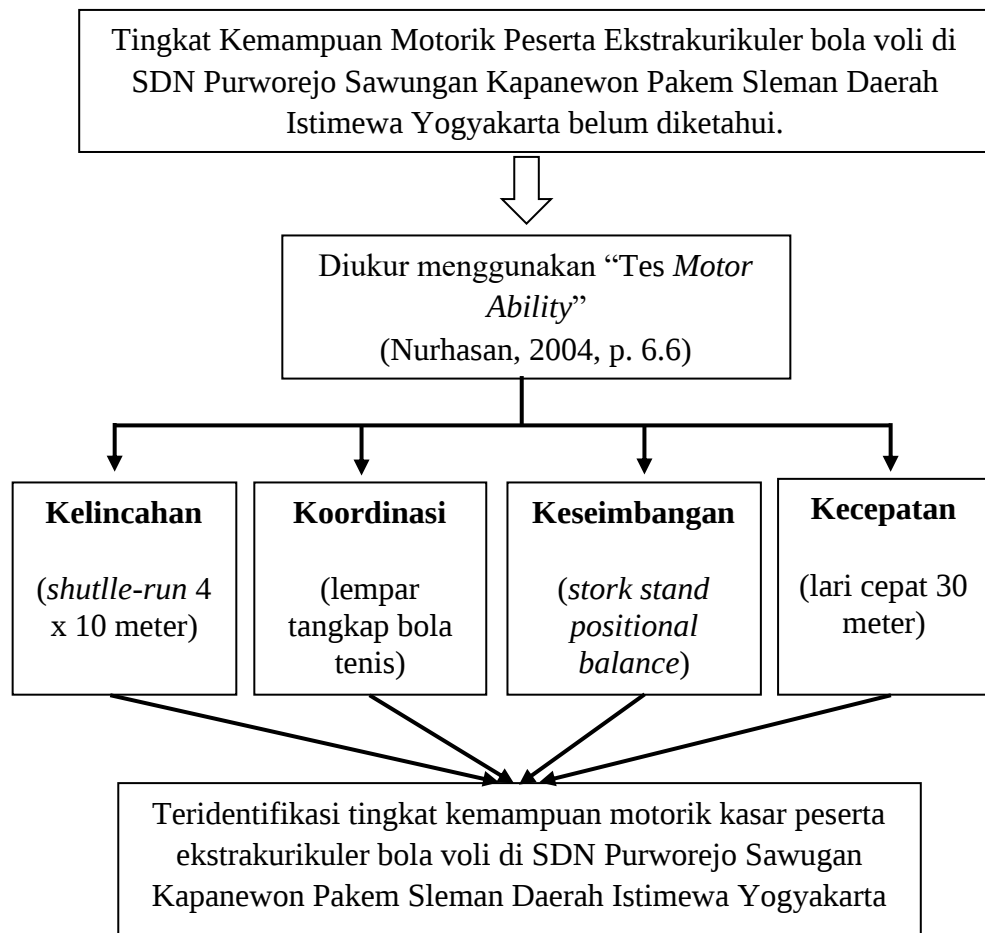
Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan untuk mengembangkan keahlian peserta didik diluar jam pembelajaran intrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler yang diingini peserta didik adalah olahraga. Karena peserta didik sekolah dasar menyukai permainan yang biasanya dilakukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Bola voli ialah salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang diingini. Permainan bola voli memiliki gerak yang kompleks yang mengajarkan mengenai koordinasi, ketepatan, kelincahan, dan keseimbangan.

Kegiatan ekstrakurikuler tidak hanya mengisi waktu luang saja, namun kegiatan ini dapat mengembangkan kemampuan motoriknya. Karena pada dasarnya, kemampuan motorik tidak hanya digunakan dalam pembelajaran penjas maupun ekstrakurikuler olahraga saja. Motorik sangat berperan penting untuk anak melakukan gerak dalam aktivitas sehari-hari.

Melalui kegiatan ekstrakurikuler bola voli ini, diharapkan peserta didik sekolah dasar dapat mengembangkan kemampuan motorik, khususnya motorik kasar yang berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak. Seorang pemain bola voli memerlukan kemampuan motorik yang baik. Dengan kemampuan motorik kasar yang baik, maka pemain dapat maksimal dalam permainan bola voli dan akan mencetak prestasi yang diharapkan.

Namun, kemampuan motorik kasar peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan ini belum diketahui dikarenakan masih kurangnya evaluasi kemampuan motorik kasar peserta didik. Maka dari itu, peneliti berkeinginan untuk melaksanakan penelitian yang berjudul “tingkat kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan Kapanewon Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta”. Hal ini dimaksudkan sebagai acuan pelatih dalam mempersiapkan program latihan sesuai dengan kemampuan peserta didik. Secara ringkas, bagan kerangka pikir sebagai berikut.

Gambar 7. Kerangka Pikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Ramdhan (2021, p. 7) “penelitian deksriptif adalah suatu penelitian dengan metode untuk menggambarkan suatu penelitian”. Penelitian deskriptif berarti memiliki tujuan untuk mendeskripsikan fenomena yang sedang diteliti. Di dalam penelitian ini memfokuskan pada kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan Kapanewon Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan melakukan teknik tes untuk mendapatkan data.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SDN Purworejo yang terletak di Sawungan, Hargo Binangun, Pakem, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55582. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2023 s/d Februari 2024. Penelitian ini diawali dengan observasi kegiatan ekstrakurikuler bola voli, sampai tes dan pengukuran tingkat kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi merupakan keseluruhan dari subjek penelitian, sedangkan sampel merupakan sebagian dari populasi tersebut (Ramdhan 2021, p. 14). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta

ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampel. Menurut Sugiyono (2019, p. 133) “sampel total adalah teknik penentuan sampel jika seluruh anggota populasi digunakan sebagai sampel”. Maka dari itu jumlah sampel dari penelitian ini adalah 47 peserta didik yang terdiri dari 10 peserta didik kelas III, 22 peserta didik kelas IV, dan 15 peserta didik kelas V.

Tabel 1. Rincian Sampel Penelitian

No	Kelas	Jumlah
1.	III	10
2.	IV	22
3.	V	15
Jumlah		47

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional merupakan definisi yang membuat variabel-variabel yang sedang diteliti menjadi bersifat operasional dalam hubungannya dengan proses pengukuran variabel-variabel tersebut (Ridha, 2017, p. 63). Menurut Sugiyono dalam Ridha (2017, p. 66) variabel penelitian merupakan perlengkapan atau nilai dari orang, obyek atau aktivitas yang memiliki bentuk variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti, untuk dipelajari, dan ditarik kesimpulannya. Variabel dari penelitian ini yaitu tingkat kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Definisi operasionalnya yaitu

aktivitas fisik atau gerakan yang melibatkan otot-otot besar seperti otot tungkai untuk melakukan gerakan berjalan, berlari, melompat, melompat menangkap, dan memantulkan. Kemampuan motorik diukur menggunakan Tes *Motor Ability* untuk sekolah dasar yang meliputi kelincihan dengan tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, koordinasi dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, keseimbangan dengan tes *stork stand positional balance*, kecepatan dengan tes lari cepat 30 meter (Nurhasan, 2004, p. 6.6).

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data merupakan alat bantu yang digunakan oleh peneliti dalam aktivitasnya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi tersusun dengan baik dan dipermudah (Arikunto dalam Nasution (2016, p. 64)). Sebuah tes dapat dikatakan baik sebagai alat ukur harus memenuhi kriteria/ prinsip utama penyusunan tes agar diperoleh alat tes yang baik dan benar, supaya hasil penggetesan menggambarkan kondisi yang sesungguhnya dari obyek yang ditimbang (Yuliarto, 2021, p. 19). Instrumen dalam penelitian ini berdasarkan pada modul tes dan pengukuran (Nurhasan, 2004, p. 6.6). Tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar mempunyai reliabilitas sebesar 0.93 dan validitasnya sebesar 0,87. Tes ini walaupun ditulis pada tahun

2004 namun masih digunakan dalam penelitian 3 tahun terakhir, maka dari itu tes ini masih dapat digunakan. Tes *Motor Ability* meliputi:

- a. Kelincahan dengan tes *shuttle-run* 4 x 10 meter,

Tujuan tes ini adalah untuk mengukur kelincahan dalam gerak cepat dan mengubah arah dengan tepat. Alat dan fasilitas yang dibutuhkan adalah lintas *stopwatch*, lintasan yang lurus dan datar dengan jarak 10 meter antara garis *start* dan garis *finish*. Untuk pelaksanaannya *start* dilaksanakan dengan berdiri dan pendapatan hasil yang baik adalah ketika berlari dengan waktu yang singkat, semakin singkat waktu pelaksanaannya maka semakin baik pula hasil yang diperoleh. Tes ini hanya dilakukan 1 kali percobaan saja.

- b. Koordinasi dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok

Tujuan dari tes ini adalah mengukur kemampuan koordinasi khususnya mata dan tangan. Alat dan fasilitas yang dibutuhkan adalah bola tenis, *stopwatch*, dan tembok yang rata. Untuk pelaksanaannya peserta didik berdiri di depan tembok yang rata sambil memegang bola tenis di depan dada. Ketika aba-aba “yak” peserta didik mulai memantulkan bola ke tembok dan ditangkap kembali selama 30 detik. Semakin banyak hasil lempar tangkap yang diperoleh maka semakin baik koordinasi peserta didik.

- c. Keseimbangan dengan tes *stork stand positional balance*

Tujuan dari tes ini adalah untuk mengukur keseimbangan tubuh peserta didik. alat yang dibutuhkan adalah *stopwatch*. Untuk pelaksanaannya peserta didik berdiri menggunakan 1 kaki (kaki tumpuan), dan kaki yang satunya (kaki bukan tumpuan) dilekatkan pada lutut bagian dalam kaki tumpuan. Untuk tangan diletakkan di pinggang, mata dipejamkan. Pertahankan posisi tersebut selama mungkin. Semakin lama mempertahankan posisi ini maka hasil tes keseimbangan peserta didik juga semakin baik.

d. Kecepatan dengan tes lari cepat 30 meter

Tujuan tes ini adalah mengukur kecepatan. Alat dan fasilitas yang dibutuhkan adalah *stopwatch* dan lintasan lurus dengan jarak 30 meter. Peserta didik berlari secepat-cepatnya. Semakin berlari cepat, maka hasil yang diperoleh untuk tes ini juga semakin baik.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan yang digunakan adalah dengan cara tes kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan dengan gerak dasar kelincahan, kecepatan, keseimbangan, dan koordinasi. Langkah-langkah yang dilaksanakan dalam pengumpulan data adalah sebagai berikut:

a. Persiapan tes dan persiapan pengumpulan data

Pada tahap ini peneliti memberikan pengertian kepada peserta didik yang dijadikan subyek penelitian dan memberikan

penjelasan mengenai tes yang akan dilakukan hari ini. selain itu peneliti juga mempersiapkan alat dan fasilitas yang dibutuhkan seperti *stopwatch*, *cone*, meteran, dan lapangan yang akan digunakan.

b. Pelaksanaan tes

Pada tahap ini peserta didik dikumpulkan dan dibariskan rapi di halaman sekolah, kemudian berdoa bersama dan dilanjutkan dengan pemberian penjelasan petunjuk pelaksanaan tes. Sebelum melakukan tes, peserta didik diarahkan untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu. Setelah itu peserta didik melakukan tes motorik dengan 4 biomotor dengan urutan: (1) kelincahan dengan tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, (2) koordinasi dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, (3) keseimbangan dengan tes *stork stand positional balance*, (4) kecepatan dengan tes lari cepat 30 meter.

c. Pencatatan data tes

Pada tahap ini setelah melakukan beberapa urutan kegiatan tes maka akan ada pencatatan hasil tes dengan akurat sesuai dengan hasil yang didapat data awal perolehan tes dan pengukuran peserta didik.

F. Teknik Analisis Data

Berdasarkan data kasar yang didapat dari hasil pelaksanaan tes motorik tersebut. Setelah itu akan dilakukan pemilahan data untuk mengetahui perbedaan dan persamaan ukuran. Kemudian data tersebut dimasukan kedalam *microsoft excel*, kemudian hasil analisis penelitian akan diproses. Dikarenakan satuan hasil kasar ini berbeda, maka dari itu perlu diubah supaya mempunyai ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini adalah *t-score*. Rumus *t-score* menurut Sudijono (2015, p. 176) dalam Gasela (2023, p. 55) yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Rumus *t-score* lari 30 meter dan *shuttle run* 4x10 meter. Semakin sedikit waktu yang dibutuhkan maka semakin baik hasil yang diperoleh.

$$t = 10 \frac{(M - X)}{SD} + 50$$

Keterangan:

t : Nilai skor-t

M : Nilai rata-rata data kasar

X : Nilai data kasar

SD : *Standar Deviation* data kasar

2. Rumus *t-score* untuk *stork stand positional balance test* dan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter. Semakin banyak angka atau satuan yang diperoleh maka semakin bagus hasil yang diperoleh.

$$t = \frac{10(X - M)}{SD} + 50$$

Keterangan:

t : Nilai skor-t

M : Nilai rata-rata data kasar

X : Nilai data kasar

SD : *Standar Deviation* data kasar

Setelah mendapat nilai *t-score*, kemudian nilai *t-score* dari empat item dijumlahkan, sehingga didapat total *t-score*. Hasil total *t-score* menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bola voli di SDN Purworejo Sawungan, Kapanewon Pakem, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Untuk memudahkan dalam mendeskripsikan data, maka data tersebut dikategorikan menggunakan *mean* dan *Standar Deviation*. Azwar (2018, p. 148) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian

No	Interval Skor	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Baik
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Cukup
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Kurang

(Sumber: Azwar (2018, p. 148))

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *Standar Deviation*

Langkah selanjutnya untuk mengetahui jumlah masing-masing kategori kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan maka dapat dianalisis data. Analisis data yang dilakukan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deksriptif kuantitatif dengan persentase. Arikunto (2006, pp. 245-246) dalam (Abdillah, 2020, p. 47) menyatakan bahwa rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari

F = Frekuensi

N = Jumlah responden

(Sumber: Arikunto, 2006, pp. 245-246 dalam Abdillah, 2020, p. 47)

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik pada peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan. Sampel penelitian ini berjumlah 47 peserta didik yang terdiri dari 10 peserta didik kelas III, 22 peserta didik kelas IV, dan 15 peserta didik kelas V. Penelitian ini menggunakan “tes *motor ability*” yang meliputi kelincahan dengan tes *shuttle-run* 4 x 10 meter, koordinasi dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, keseimbangan dengan tes *stork stand positional balance*, kecepatan dengan tes lari cepat 30 meter. Kemudian hasil data skor tersebut diubah ke dalam t-score. Hasil data penelitian di uraikan sebagai berikut:

1. Hasil data Kemampuan Kelincahan

Hasil analisis data t-score tes kelincahan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan diperoleh *Mean* (rata-rata) 89,01, *Median* (nilai tengah) 91,49, *Mode* (nilai yang sering muncul) 96,58, *Standar Deviation* (SD) 10,00, Nilai tertinggi (*maximum*) 105,98, Nilai terendah (*minimum*) 56,26. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Deskriptif Statistik Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan

STATISTIK	
<i>N</i>	47
<i>Mean</i> (rata-rata)	89,01
<i>Median</i>	91,49
<i>Mode</i>	96,58
<i>Standar Deviation</i>	10,00
<i>Maximum</i>	105,98
<i>Minimum</i>	56,26

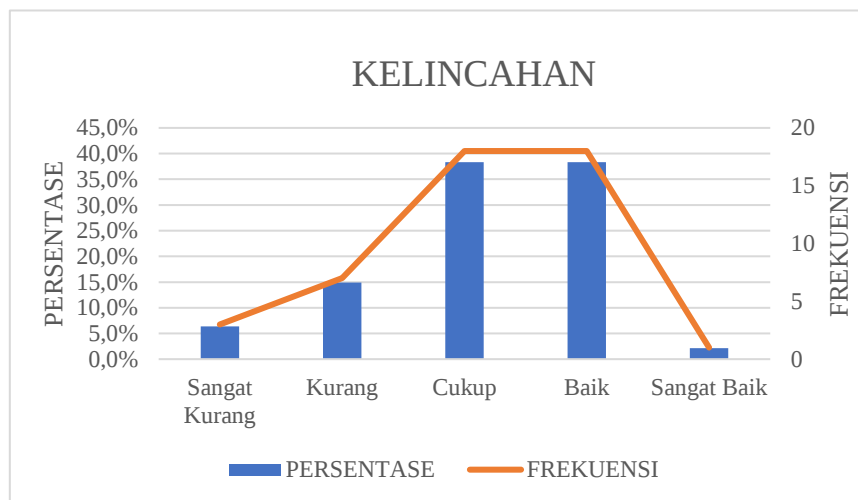
Kemudian data pada tabel 3 menjadi dasar untuk menentukan kategori. Kategori dibagi menjadi 5 yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Untuk mencari kriteria skor pada penelitian ini menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN). Hasil norma penilaian dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Penilaian Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan

KELINCAHAN			
INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
$104,01 \leq$	Sangat Baik	1	2,1%
94,01 – 104,00	Baik	18	38,3%
84,01 – 94,00	Cukup	18	38,3%
74,01 – 84,00	Kurang	7	14,9%
$\leq 74,00$	Sangat Kurang	3	6,4%
Total		47	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 4, kemampuan kelincahan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan dapat disajikan pada gambar 8 sebagai berikut:

Gambar 8. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo



Berdasarkan pada tabel 4 dan gambar 8 di atas menunjukkan bahwa kelincahan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan berada dalam kategori “sangat baik” sebesar 2,1% (1 peserta didik), “baik” sebesar 38,3% (18 peserta didik), “cukup” sebesar 38,3% (18 peserta didik), “kurang” sebesar 14,9% (7 peserta didik), “sangat kurang” sebesar 6,4% (3 peserta didik).

2. Hasil data Kemampuan Koordinasi

Hasil analisis data *t-score* tes koordinasi peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan diperoleh *Mean* (rata-rata) 203,38, *Median* (nilai tengah) 199,98, *Mode* (nilai yang sering muncul) 259,98, *Standar Deviation* (SD) 61,09, Nilai tertinggi (*maximum*) 319,98, Nilai terendah (*minimum*) 89,98. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Deskriptif Statistik Koordinasi Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan

STATISTIK	
<i>N</i>	47
<i>Mean</i> (rata-rata)	203,38
<i>Median</i>	199,98
<i>Mode</i>	259,98
<i>Standar Deviation</i>	61,09
<i>Maximum</i>	319,98
<i>Minimum</i>	89,98

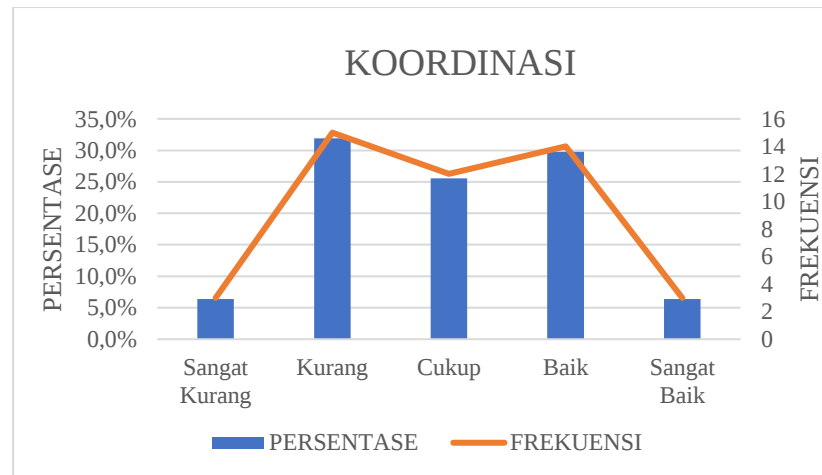
Kemudian data pada tabel 5 menjadi dasar untuk menentukan kategori. Kategori dibagi menjadi 5 yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Untuk mencari kriteria skor pada penelitian ini menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN). Hasil norma penilaian dapat dilihat pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Norma Penilaian Koordinasi Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan

KOORDINASI			
INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
$295,01 \leq$	Sangat Baik	3	6,4%
233,92 - 295,00	Baik	14	29,8%
172,84 - 233,91	Cukup	12	25,5%
111,75 - 172,83	Kurang	15	31,9%
$\leq 111,74$	Sangat Kurang	3	6,4%
Total		47	100,0%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 6, kemampuan koordinasi peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan dapat disajikan pada gambar 9 sebagai berikut:

Gambar 9. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Koordinasi Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan



Berdasarkan pada tabel 6 dan gambar 9 di atas menunjukkan bahwa koordinasi peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan berada dalam kategori “sangat baik” sebesar 6,4% (3 peserta didik), “baik” sebesar 29,8% (14 peserta didik), “cukup” sebesar 25,5% (12 peserta didik), “kurang” sebesar 31,9% (15 peserta didik), “sangat kurang” sebesar 6,4% (3 peserta didik).

3. Hasil data Kemampuan Keseimbangan

Hasil analisis data *t-score* tes keseimbangan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan diperoleh *Mean* (rata-rata) 488,23, *Median* (nilai tengah) 426,32, *Mode* (nilai yang sering muncul) 649,52, *Standar Deviation* (SD) 223,96, Nilai tertinggi (*maximum*) 965,72, Nilai terendah (*minimum*) 133,32. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Keseimbangan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan

STATISTIK	
<i>N</i>	47
<i>Mean</i> (rata-rata)	488,23
<i>Median</i>	426,32
<i>Mode</i>	649,52
<i>Standar Deviation</i>	223,96
<i>Maximum</i>	965,72
<i>Minimum</i>	133,32

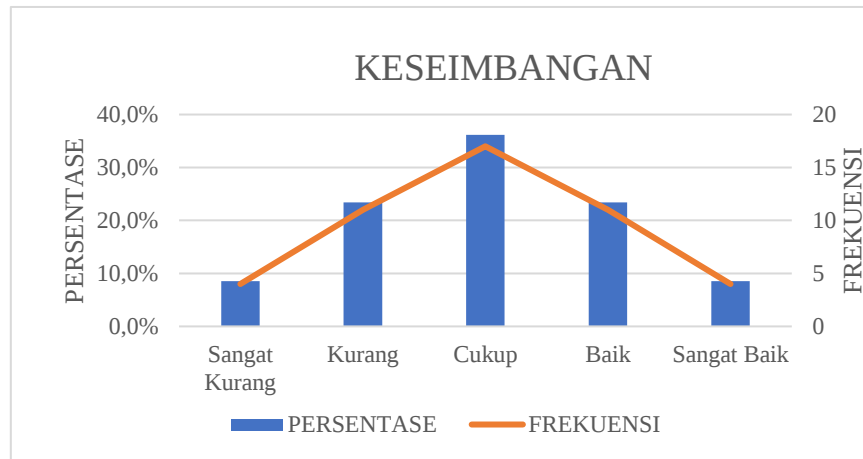
Kemudian data pada tabel 7 menjadi dasar untuk menentukan kategori. Kategori dibagi menjadi 5 yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Untuk mencari kriteria skor pada penelitian ini menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN). Hasil norma penilaian dapat dilihat pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Penilaian Keseimbangan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan

KESEIMBANGAN			
INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
$824,17 \leq$	Sangat Baik	4	8,5%
600,21 - 824,16	Baik	11	23,4%
376,25 - 600,20	Cukup	17	36,2%
152,30 - 376,24	Kurang	11	23,4%
$\leq 152,29$	Sangat Kurang	4	8,5%
Total		47	100%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 8, kemampuan keseimbangan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan dapat *disajikan* pada gambar 10 sebagai berikut:

Gambar 10. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Keseimbangan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan



Berdasarkan pada tabel 8 dan gambar 10 di atas menunjukkan bahwa keseimbangan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan berada dalam kategori “sangat baik” sebesar 8,5% (4 peserta didik), “baik” sebesar 23,4% (11 peserta didik), “cukup” sebesar 36,2% (17 peserta didik), “kurang” sebesar 23,4% (11 peserta didik), “sangat kurang” sebesar 8,5% (4 peserta didik).

4. Hasil data Kemampuan Kecepatan

Hasil analisis data *t-score* tes kecepatan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan diperoleh *Mean* (rata-rata) 56,64, *Median* (nilai tengah) 58,52, *Mode* (nilai yang sering muncul) 39,96, *Standar Deviation* (SD) 10,00, Nilai tertinggi (*maximum*) 70,98, Nilai terendah (*minimum*) 33,22. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan

STATISTIK	
<i>N</i>	47
<i>Mean</i> (rata-rata)	56,64
<i>Median</i>	58,52
<i>Mode</i>	39,96
<i>Standar Deviation</i>	10,00
<i>Maximum</i>	70,98
<i>Minimum</i>	33,22

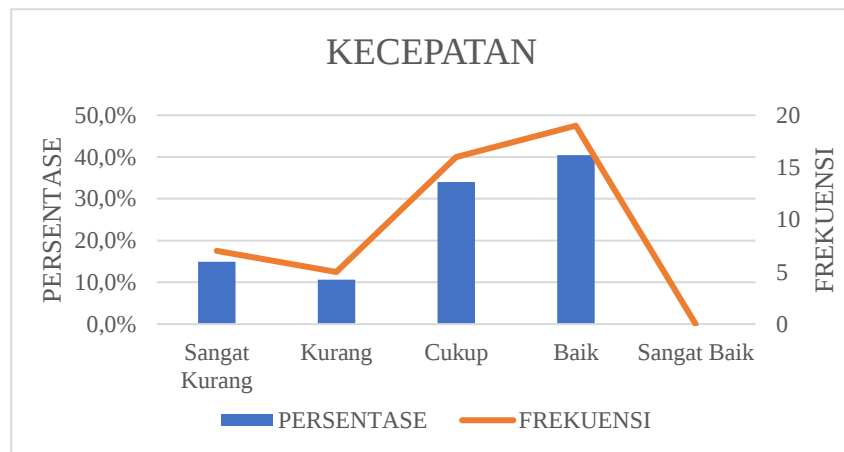
Kemudian data pada tabel 9 menjadi dasar untuk menentukan kategori. Kategori dibagi menjadi 5 yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Untuk mencari kriteria skor pada penelitian ini menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN). Hasil norma penilaian dapat dilihat pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Norma Penilaian Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan

KECEPATAN			
INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
$71,64 \leq$	Sangat Baik	0	0,0%
61,64 - 71,63	Baik	19	40,4%
51,64 - 61,63	Cukup	16	34,0%
41,64 - 51,63	Kurang	5	10,6%
$\leq 41,63$	Sangat Kurang	7	14,9%
Total		47	100,0%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 10, kemampuan kecepatan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan dapat disajikan pada gambar 11 sebagai berikut:

Gambar 11. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Kecepatan Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan



Berdasarkan pada tabel 10 dan gambar 11 di atas menunjukkan bahwa kecepatan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan berada dalam kategori “sangat baik” sebesar 0% (0 peserta didik), “baik” sebesar 40,4% (19 peserta didik), “cukup” sebesar 34,0% (16 peserta didik), “kurang” sebesar 10,6% (5 peserta didik), “sangat kurang” sebesar 14,9% (7 peserta didik).

5. Hasil data Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli

Hasil analisis data *t-score* kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan diperoleh *Mean* (rata-rata) 837,26, *Median* (nilai tengah) 762,92, *Mode* (nilai yang sering muncul) 1046,04, *Standar Deviation* (SD) 258,32, Nilai

tertinggi (*maximum*) 1453,63, Nilai terendah (*minimum*) 356,95.

Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan

STATISTIK	
<i>N</i>	47
<i>Mean</i> (rata-rata)	837,26
<i>Median</i>	762,92
<i>Mode</i>	1046,04
<i>Standar Deviation</i>	258,32
<i>Maximum</i>	1453,63
<i>Minimum</i>	356,95

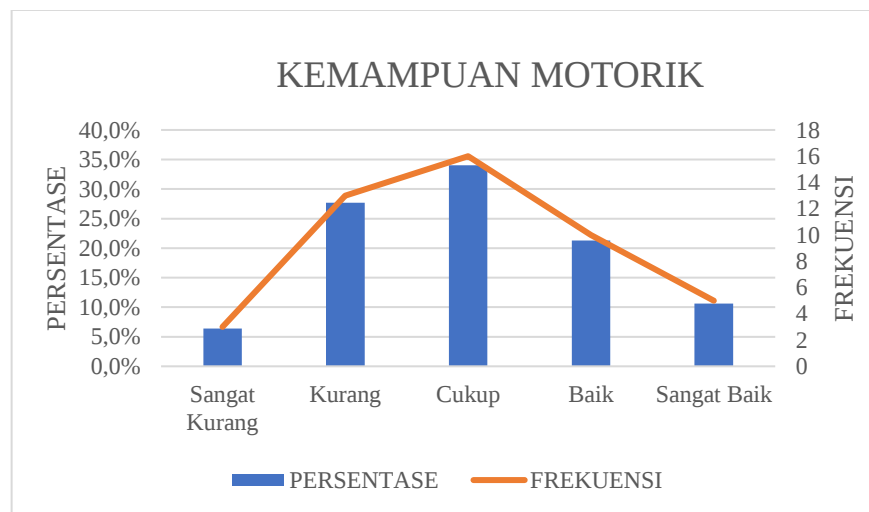
Kemudian data pada tabel 11 menjadi dasar untuk menentukan kategori. Kategori dibagi menjadi 5 yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang. Untuk mencari kriteria skor pada penelitian ini menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN). Hasil norma penilaian dapat dilihat pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Norma Penilaian Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan

KEMAMPUAN MOTORIK KASAR			
INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
$1224,75 \leq$	Sangat Baik	5	10,6%
966,43 - 1224,74	Baik	10	21,3%
708,10 - 966,42	Cukup	16	34,0%
449,78 - 708,09	Kurang	13	27,7%
$\leq 449,77$	Sangat Kurang	3	6,4%
Total		47	100,0%

Berdasarkan norma penilaian pada tabel 10, kemampuan kecepatan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan dapat disajikan pada gambar 12 sebagai berikut:

Gambar 12. Diagram Batang Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SDN Purworejo Sawungan



Berdasarkan pada tabel 12 dan gambar 12 di atas menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan berada dalam kategori “sangat baik” sebesar 10,6% (5 peserta didik), “baik” sebesar 21,3% (10 peserta didik), “cukup” sebesar 34,0% (16 peserta didik), “kurang” sebesar 27,7% (13 peserta didik), “sangat kurang” sebesar 6,4% (3 peserta didik).

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan Kapanewon Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

Maka dari itu berdasarkan tujuan di atas dilakukan penelitian dengan menggunakan tes *motor ability*. Dari hasil tes tersebut ditemukan hasil kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli dengan kategori “sangat baik” sebesar 10,6% (5 peserta didik), “baik” sebesar 21,3% (10 peserta didik), “cukup” sebesar 34,0% (16 peserta didik), “kurang” sebesar 27,7% (13 peserta didik), “sangat kurang” sebesar 6,4% (3 peserta didik). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli berada dikategori **“cukup”** dengan hasil persentase mencapai 34,0% dengan jumlah peserta sebanyak 16 peserta didik.

Setiap anak memiliki batasan kemampuan, kemampuan motorik kasar salah satunya. Perbedaan kemampuan motorik setiap anak tidak dilihat dari satu faktor saja, tetapi memiliki beberapa faktor. Menurut Hustarda dan Saputra dalam Fulana (2022) faktor internal dan faktor eksternal merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik. Faktor tersebut adalah jenis kelamin, usia, keadaan syaraf, lingkungan, motivasi, dan kondisi fisik. Dalam permainan bola voli, setiap anak melakukan gerak. Yanuar dalam Solissa dan Mariana (2023, p. 13) mengatakan bahwa kemampuan yang terdapat dalam unsur kemampuan motorik dapat dirangkum menjadi lima komponen, yaitu keseimbangan, kelincahan, kecepatan, kekuatan, dan koordinasi,”. Dan hal itu sangat diperlukan dalam permainan bola voli.

Dalam unsur kelincahan, kemampuan kelincahan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan mayoritas berada dalam kategori “baik” dan “cukup” dengan peserta masing-masing kategori 18 peserta didik dan berjumlah 36 peserta didik. Kemudian dalam unsur koordinasi, kemampuan koordinasi peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan mayoritas berada dalam kategori “kurang” dengan jumlah peserta sebanyak 15 peserta didik. Dalam unsur keseimbangan, kemampuan keseimbangan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan mayoritas berada dalam kategori “cukup” dengan jumlah peserta sebanyak 17 peserta didik. Kemudian dalam unsur kecepatan, kemampuan kecepatan peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan mayoritas berada dalam kategori “baik” dengan jumlah peserta sebanyak 19 peserta didik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak semua peserta didik menguasai keempat unsur motorik yang telah di uji. Kemampuan setiap anak berbeda-beda. Ada yang menguasai hanya salah satu unsur motorik, bahkan ada yang dapat menguasai seluruh kemampuan unsur motorik. Faktor dari dalam dan dari luar juga berpengaruh terhadap kemampuan motorik setiap individu. Peserta didik yang memiliki kemampuan motorik kasar baik, tidak menutup kemungkinan sering melakukan gerak atau aktif dalam melakukan gerak. Sebaliknya, peserta didik yang kurang dalam kemampuan motorik adalah peserta didik yang kurang aktif dalam melakukan gerak.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini, memiliki keterbatasan penelitian. diantaranya yaitu:

1. Peneliti tidak bisa mengendalikan beberapa faktor keadaan peserta didik seperti kondisi fisik dan psikis.
2. Peneliti tidak mengetahui keadaan makanan yang dikonsumsi dan jam tidur peserta ekstrakurikuler bola voli.
3. Peneliti tidak bisa mengendalikan cuaca, yang membuat lapangan penelitian berubah.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar peserta ekstrakurikuler bola voli SDN Purworejo Sawungan berada dalam kategori “sangat baik” sebesar 10,6% (5 peserta didik), “baik” sebesar 21,3% (10 peserta didik), “cukup” sebesar 34,0% (16 peserta didik), “kurang” sebesar 27,7% (13 peserta didik), “sangat kurang” sebesar 6,4% (3 peserta didik). Maka dari itu, secara keseluruhan kategori yang paling banyak adalah “cukup” dengan persentase 34,0% dengan jumlah peserta didik 16.

B. Implikasi

Berdasarkan simpulan di atas, maka dapat ditemukan implikasi sebagai berikut:

1. Menjadi masukan kepada kepala sekolah maupun pihak terkait mengenai pentingnya untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak.
2. Menjadi pandangan guru PJOK mengenai pemahaman kemampuan motorik peserta didik dan harus memperhatikan dan mengembangkan kemampuan motorik kasar pada peserta didik.
3. Sebagai pedoman pelatih ekstrakurikuler bola voli supaya dapat menyusun program latihan sesuai kemampuan peserta ekstrakurikuler

4. Peserta ekstrakuriler dapat termotivasi untuk lebih giat dalam melakukan gerak supaya motoriknya lebih meningkat.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memiliki beberapa saran, diantaranya sebagai berikut:

1. Peserta ekstrakurikuler diharapkan dapat meningkatkan kemampuan motorik supaya dalam melakukan latihan dapat maksimal.
2. Pelatih dapat membimbing peserta ekstrakurikuler untuk meningkatkan kemampuan motorik dengan program latihan yang telah disusun.
3. Pihak sekolah diharapkan dapat mendukung kegiatan ekstrakurikuler seperti penambahan pengadaan sarana dan prasana supaya peserta didik dapat lebih termotivasi.
4. Orang tua diharapkan dapat memahami dan mendukung kemampuan yang dimiliki oleh anak dalam mengikuti ekstrakurikuler bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, Ulil Albab. (2020). Tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas V dan VI di SDN Kraton Yogyakarta. Skripsi FIKK UNY. Diakses pada tanggal 3 Oktober 2023.
- Aguss, Rachmi Marsheilla. (2021). Analisis perkembangan motorik halus usia 5-6 tahun pada era new normal. *Sport Science & Education Journal*. Vol 2, No 1 2021.
- Azwar, S. (2018). Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Alan, Aldi Deni Nur. (2020). Tingkat Kemampuan Motorik Atlet Bola Voli Usia 6-12 Tahun Klub Spirit Sleman Tahun 2020. Skripsi FIKK UNY.
- Beutelstahl, Dieter. (2015). Belajar Bermain Bola Volley. CV. PIONER JAYA Bandung.
- Destriana, D., Destriani, D., & Muslimin, M. (2021). Efektivitas teknik pembelajaran drills smash permainan bola voli. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(2), 115-121.
- Dewantara, Raka Tirta. (2023). Minat mengikuti pembelajaran bola voli pada peserta didik kelas v SDN pakem kapanewon kalasan. Skripsi FIKK UNY. Diakses pada tanggal 18 Agustus 2023.
- Farida, A. (2016). Urgensi Perkembangan Motorik Kasar pada Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Raudhah*, 4(2).
- Fulana, Faqihuddin. (2022). Kemampuan motorik peserta didik kelas V dan VI SDN Ngebelgede 2 kecamatan ngaglik kabupaten Sleman. Skripsi FIKK UNY. Diakses pada tanggal 27 Agustus 2023.
- Gasela, G. (2023). Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Pencak Silat SD Muhammadiyah Pracimantoro. Skripsi FIKK UNY.
- Guntur, G., Sukadiyanto, S., & Mardapi, D. (2014). Pengembangan Asesmen Hasil Belajar Penjasorkes Peserta didik Sma Pada Permainan Bolavoli. *Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 18(1), 13-29. doi:<https://doi.org/10.21831/Pep.V18i1.2121>.
- Hidayanti, Maria. (2013). Peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui permainan bakiak. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, vol. 7, no. 1, 1 Apr. 2013, pp. 195-200.

- Irwanto, E., & Nuriawan, R. (2021, November). Passing, pengumpan dan serangan pada permainan bola voli. In Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG) (Vol. 4, No. 1).
- Khadijah & Amelia, Nurul. (2020). Perkembangan fisik motorik anak usia dini teori dan praktik. (n.p): Prenada Media.
- Lusianti, Septyaning dan Puspodari. (2019). Tingkat kemampuan motorik kasar peserta didik sekolah dasar laboratorium universitas nusantara PGRI Kediri tahun 2019. In: Seminar Nasional IPTEK Olahraga, 3 Agustus 2019, Universitas PGRI Banyuwangi.
- Mahfud, Imam., Aditya Gumantan., & Reza Adhi N. (2020). Pelatihan pembinaan kebugaran jasmani peserta ekstrakurikuler olahraga. Wahana Dedikasi: Jurnal PkM Ilmu Kependidikan, 3(1), 56-61.
- Mintarto, Edy. (2019). Komponen Biomotor Olahraga. Penerbit Samudra Biru.
- Muslimin, *et al.*, (2021). Pengembangan kurikulum sekolah/madrasah, pesantren dan perguruan tinggi di Indonesia. (n.p.): Bening Media Publishing.
- Nasution, H. F. (2016). Instrumen penelitian dan urgensinya dalam penelitian kuantitatif. Al-Masharif: Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Keislaman, 4(1), 59-75.
- Nugroho, Gilang. (2022). Tingkat Kemampuan Motorik Peserta didik Kelas Atas Di Sekolah Dasar Negeri 1 Karangturi Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga. Skripsi FIKK UNY.
- Nurhasan. (2004). Penilaian Pembelajaran Penjas. Jakarta : Universitas Terbuka
- Purnomo, Nurdian. (2023). Tingkat Kemampuan Motorik Peserta Didik kelas IV dan V di SD Negeri Rejamulya 02 Kecamatan Kedungreja Kabupaten Cilacap. Skripsi FIKK UNY.
- Rahyubi, H. (2012). Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik deskripsi dan tinjauan kritis. Bandung: Nusa Media
- Ramadhan, Muhammad. (2021). Metodologi penelitian. Cipta Media Nusantara (CMN). Surabaya.

- Ridha, N. (2020). Proses Penelitian, Masalah, Variabel dan Paradigma Penelitian. Hikmah, 14(1), 62-70.
- Rithaudin, A., & Hartati, B. S. (2016). Upaya meningkatkan pembelajaran passing bawah permainan bola voli dengan permainan bola pantul pada peserta didik kelas IV SDN Glagahombo I Tempel Sleman Yogyakarta. Jurnal pendidikan jasmani indonesia, 12(1), 51-57.
- Rohendi, Aep & Suwandar. 2017. Metode Latihan dan Pembelajaran Bola Voli Untuk Umum. ALFABETA, CV.
- Samodro, Lanang Damar. (2023). Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Kelas Atas DI SD Negeri Pucung Imogiri. Skripsi FIKK UNY.
- Santoso, N., & Pambudi, A. F. (2016). Survei manajemen program ekstrakurikuler olahraga di SMA sebagai faktor pendukung olahraga prestasi di Kabupaten Klaten. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 12(2).
- Sepriadi, S. (2017). Kontribusi status gizi dan kemampuan motorik terhadap kesegaran jasmani peserta didik sekolah dasar. Jurnal Keolahragaan, 5(2), 194-206. doi:<http://dx.doi.org/10.21831/jk.v5i2.15147>
- Solissa, Jonas dan Mariana D. Hukubun. (2023). Tes dan pengukuran kemampuan motorik mahsapeserta didik. CV. Literasi Nusantara Abadi. Malang, Jawa Timur. Diakses pada tanggal 30 Juni 2023 pukul 11.50 WIB.
- Sriwahyuniati, Fajar. (2017). Belajar Motorik. UNY Press.
- Sudirjo, Encep dan Muhammad Nur Ali. (2019). Filsafat pendidikan jasmani. UPI Sumedang Press. Sumedang, Jawa Barat. Diakses pada tanggal 27 Juni 2023 pukul 11.55 WIB.
- Sugiyono, 2019. Metode Penelitian Kauntitatif Kualitatif. Penerbit: Alfabeta.
- Sukamti, Endang Rini. (2018). Perkembangan Motorik. UNY Press.
- Wibowo, Yuyun Ari, Fitria D.A. (2015). Pengembangan ekstrakurikuler olahraga sekolah. UNY Press.
- Yuliarto, H. (2021). Analisis indeks Aiken untuk mengukur validitas isi instrumen komitmen tugas bermain sepakbola. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 17(1), 19-23. doi:<https://doi.org/10.21831/jpji.v17i1.38777>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pembimbing TAS

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

**SURAT PERMOHONAN PEMBIMBING PENYUSUNAN PROPOSAL TA
No. 128/PJSD/X/2023**

Berdasarkan persetujuan Koorprodi atas usulan Proposal Tugas Akhir Skripsi mahasiswa:

Nama : Zian Fitri Rahmalia
NIM : 20604221031
Program Studi : S1-Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Judul : Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SDN Purworejo Sawungan Sleman Yogyakarta.

Dengan hormat, mohon Bapak:

Nama : Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP : 19670701 199412 1 001
Jabatan : Lektor Kepala
Departemen : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Bersedia sebagai Pembimbing penyusunan proposal TA bagi mahasiswa tersebut di atas. Atas kesediaannya dan kerjasama Bapak diucapkan banyak terima kasih.

Mengetahui,
Ketua Departemen PJSD

Yogyakarta, 11 Oktober 2023
Koorprodi S1-PJSD


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


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

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian

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

 KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN 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/626/UN34.16/PT.01.04/2024 5 Januari 2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

Yth . Kepala Sekolah SDN Purworejo Sawungan

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

Nama : Zian Fitri Rahmalia
NIM : 20604221031
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SDN Purworejo Sawungan Kapanewon Pakem Sleman Yogyakarta
Waktu Penelitian : 8 Januari - 12 Februari 2024

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.

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

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

Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS PENDIDIKAN SD NEGERI PURWOREJO <i>Disdiknas Kabupaten Sleman</i> Jalan Kaliurang Km 20, Sawungan, Hargobinangun, Pakem, Sleman, Yogyakarta 55582 Telepon (0274) 4478641
<u>SURAT KETERANGAN</u> No. 008 / SDPW / 1 / 2024	
Yang bertandatangan dibawah ini :	
Nama	: Sutinah,S.Pd.SD
NIP	: 19660504 198604 2 004
Pangkat/Gol	: Pembina, IV/a
Jabatan	: Kepala SD Negeri Purworejo
Instansi	: SD Negeri Purworejo
Menerangkan bahwa :	
Nama	: Zian Fitri Rahmalia
NIM	: 20604221031
Fakultas	: Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Jenjang	: Srata Satu (S1)
Instansi/ Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta
Lokasi Penelitian	: SD Negeri Purworejo
Waktu Penelitian	: 15 Januari – 29 Januari 2024
Menerangkan bahwa nama tersebut di atas benar – benar telah melaksanakan Penelitian guna Tugas Akhir Skripsi (TAS) dengan judul “Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SDN Purworejo Sawungan Kapanewon Pakem Sleman Yogyakarta.”	
Demikian Surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.	
Pakem, 30 Januari 2024 Kepala Sekolah  SUTINAH, S.Pd.SD NIP. 19660504 198604 2 004	

Lampiran 4. Dokumentasi Penelitian

Gambar 4.1 Peneliti Memimpin Pemanasan



Gambar 4.2 Peneliti Memimpin Pendinginan



Gambar 4.3 Peneliti Melakukan Tes Kecepatan Lari 30 Meter



Gambar 4.4 Peneliti Melakukan Tes Keseimbangan (*Stork Stand Positional Balance*)



Gambar 4.5 Peneliti Melakukan Tes Koordinasi (Lempar Tangkap Bola 30 Detik)



Gambar 4.6 Peneliti Melakukan Tes Kelincahan (*Shuttle Run 4x10 Meter*)



Gambar 4.7 Peneliti Melakukan Tes Keseimbangan (*Stork Stand Positional Balance*)



Gambar 4.8 Peneliti Menjelaskan Mengenai Tes Koordinasi



Gambar 4.9 Foto Bersama



Gambar 4.10 Foto Bersama



Lampiran 5. Data Penelitian

DATA HASIL PENELITIAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI												
SDN PURWOREJO SAWUNGAN KAPANEWON PAKEM SLEMAN YOGYAKARTA												
NO	NAMA	KELINCAHAN		KESEIMBANGAN		KOORDINASI		KECEPATAN		KEMAMPUAN MOTORIK		
		DATA KASAR	T SCORE	DATA KASAR	T SCORE	DATA KASAR	T SCORE	DATA KASAR	T SCORE	DATA KASAR	T SCORE	
1	AD	13,58	94,55	23,51	264,62	22	239,98	6,12	67,98	65,21	667,12	
2	BK	13,55	94,76	12,41	153,62	24	259,98	6,7	62,70	56,66	571,06	
3	VK	13,39	95,93	12,19	151,42	30	319,98	6,18	67,43	61,76	634,76	
4	EW	13,4	95,86	88,84	917,92	27	289,98	5,79	70,98	135,03	1374,73	
5	AD	13,3	96,58	62	649,52	24	259,98	9,2	39,96	108,5	1046,04	
6	HY	13,7	93,67	53,67	566,22	23	249,98	6,65	63,16	97,02	973,03	
7	LN	13,48	95,27	26,95	299,02	11	129,98	6,42	65,25	57,85	589,52	
8	ZE	15,51	80,50	39,49	424,42	13	149,98	7,83	52,42	75,83	707,31	
9	RF	13,6	94,40	30,06	330,12	14	159,98	7,27	57,52	64,93	642,01	
10	DV	13,58	94,55	37,98	409,32	17	189,98	6,5	64,52	75,06	758,36	
11	HB	13,02	98,62	25,88	288,32	26	279,98	6,22	67,07	71,12	733,99	
12	MV	14	91,49	59,64	625,92	24	259,98	7,16	58,52	104,8	1035,90	
13	ND	13,6	94,40	38	409,52	29	309,98	6,79	61,88	87,39	875,78	
14	VA	14	91,49	36,72	396,72	15	169,98	6,36	65,80	72,08	723,98	
15	MC	13,3	96,58	84,96	879,12	20	219,98	5,97	69,35	124,23	1265,02	
16	AN	18	62,37	32,28	352,32	10	119,98	6,55	64,07	66,83	598,73	

17	AD	15,05	83,85	72,9	758,52	19	209,98	9,42	37,95	116,37	1090,29
18	AC	15,76	78,68	39,36	423,12	20	219,98	9,45	37,68	84,57	759,45
19	AP	14,3	89,31	35,97	389,22	20	219,98	7,65	54,06	77,92	752,56
20	CL	15,03	83,99	49,2	521,52	9	109,98	7,36	56,70	80,59	772,18
21	CG	14,86	85,23	30,14	330,92	16	179,98	7,94	51,42	68,94	647,54
22	FS	16,36	74,31	11,2	141,52	7	89,98	7,97	51,15	42,53	356,95
23	FY	18,84	56,26	36,7	396,52	14	159,98	9,94	33,22	79,48	645,97
24	ID	13,7	93,67	45,87	488,22	15	169,98	7,35	56,79	81,92	808,66
25	JK	14,12	90,62	45,42	483,72	11	129,98	7,5	55,42	78,04	759,73
26	KA	14,1	90,76	59,43	623,82	23	249,98	7,35	56,79	103,88	1021,34
27	MR	14,68	86,54	93	959,52	19	209,98	7,14	58,70	133,82	1314,73
28	MA	16,01	76,86	39,68	426,32	22	239,98	8,75	44,05	86,44	787,20
29	NP	17,46	66,30	27,57	305,22	17	189,98	9,91	33,50	71,94	594,99
30	NF	14,61	87,05	10,43	133,82	9	109,98	7,94	51,42	41,98	382,26
31	NA	14,75	86,03	31,98	349,32	13	149,98	7,12	58,88	66,85	644,21
32	RA	14,71	86,32	75,76	787,12	13	149,98	7,79	52,79	111,26	1076,20
33	YH	14,3	89,31	63,32	662,72	10	119,98	6,89	60,97	94,51	932,97
34	IN	15	84,21	31,14	340,92	15	169,98	8,25	48,60	69,39	643,70
35	MB	13,5	95,13	49,45	524,02	26	279,98	6,53	64,25	95,48	963,37
36	JH	14,12	90,62	69,35	723,02	22	239,98	7,23	57,88	112,7	1111,49
37	ZA	12,73	100,73	36,89	398,42	18	199,98	6,58	63,80	74,2	762,92
38	DF	12,01	105,98	77,32	802,72	27	289,98	6,08	68,34	122,41	1267,01
39	GV	13,29	96,66	73,65	766,02	18	199,98	6,36	65,80	111,3	1128,45
40	AS	13,15	97,68	44,34	472,92	16	179,98	6,65	63,16	80,14	813,73
41	JJ	14,7	86,39	42,12	450,72	14	159,98	7,33	56,97	78,15	754,06
42	JN	12,45	102,77	93,62	965,72	30	319,98	6,43	65,16	142,5	1453,63
43	JO	13,45	95,49	62,63	655,82	24	259,98	6,62	63,43	106,7	1074,72

44	KF	13,78	93,09	45,45	484,02	11	129,98	7,11	58,97	77,34	766,06
45	VR	14,72	86,25	25,1	280,52	16	179,98	7,52	55,24	63,34	601,98
46	AQ	16,13	75,98	10,38	133,32	15	169,98	9,16	40,32	50,67	419,60
47	HN	13,3	96,58	62	649,52	24	259,98	9,2	39,96	108,5	1046,04

Lampiran 6. Kartu Bimbingan



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

FORMULIR BIMBINGAN PENYUSUNAN LAPORAN TA

Nama Mahasiswa : Zian Fitri Rahmalia
Dosen Pembimbing : Dr. Hari Yulianto, M.Kes
NIM : 20604221031
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Judul TA : Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SDN Riwutresno Sawungan Kapanewon Pakem Sleman Yogyakarta

No.	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Hasil/Saran Bimbingan	Paraf Dosen Pembimbing
1	Jumat /13 Oktober 2023	Bab 1 - Bab 3	- Penambahan Kapanewon di Judul - Penulisan sesuai panduan skripsi 2023	
2	Jumat /5 Januari 2024	Bab 1 - Bab 3	- Penulisan sesuai panduan skripsi 2023 - Meminta Surat izin Penelitian	
3	Senin /5 Februari 2024	Bab 1 - Bab 5	- Penulisan sesuai panduan skripsi 2023 - Penggantian nama provinsi	
4	Senin /12 Februari 2024	BAB 1 - BAB 5	- Penulisan yang salah - Masih ada penulisan yg salah - Lihat panduan skripsi terbaru	
5	Jumat /16 Februari 2024	BAB 1 - BAB 5	- Penambahan BAB II - Lampiran ditambah	
6	Rabu /21 Februari 2024	BAB 1 - BAB 5	- Penulisan	
7	Kamis /22 Februari 2024	BAB 1 - BAB 5	- Penambahan BAB II - Penambahan Lampiran	
8	Jumat /23 Februari 2024	BAB 1 - BAB 5	- Penulisan - Lampiran	
9	Senin /26 Februari 2024	BAB 1 - BAB 5	- Penulisan sesuai skripsi	
10	Selasa /27 Februari 2024	BAB 1 - BAB 5	-	

Yogyakarta, 27 Februari 2024

Mengetahui
Koord.Prodi S1 PJSD

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

Mahasiswa,

Zian Fitri Rahmalia
NIM. 20604221031